LECZENIE DOMOWE.

IV.

MASSAŻ.

SPOSOBY WYKONYWANIA, ZASTOSOWANIE I SKUTECZNOŚĆ

W LECZENIU CHORÓB

ZEWNĘTRZNYCH I WEWNĘTRZNYCH.

Według najnowszych źródeł naukowych.

Opracował

Dr. JÓZEF STARKMAN.

Z 25 rysunkami.

WARSZAWA.

NAKŁAD MAURYCEGO ORGELBRANDA.

1888.

LECZENIE DOMOWE.

IV.

MASSAŻ.

SPOSOBY WYKONYWANIA, ZASTOSOWANIE I SKUTECZNOŚĆ

W LECZENIU CHORÓB

ZEWNĘTRZNYCH I WEWNĘTRZNYCH.

Według najnowszych źródeł naukowych

opracował

Dr. Józef Starkman.

Z 25 RYSUNKAMI.

WARSZAWA.
NAKŁAD MAURYCEGO ORGELBRANDA.

1888.

Дозволено Цензурою.
Варшваа, 26 Ноября 1887 г.

Warszawa.—W drukarni S. Orgelbranda Synów, Krakowskie Przedmieście Nr. 66.

Wielmożnemu

Doktorowi Medycyny

Ludwikowi Natansonowi

książkę tę w dowód szacunku i wdzięczności

ofiaruje

AUTOR.

WSTĘP.

Rys historyczny massażu.

Massaż jako środek leczniczy nie jest, jak to powszechnie mniemają, wynalazkiem ostatnich czasów. Zupełnie też niewłaściwie podciągają go pod kategoryą tak nazwanych leków modnych, gdyż jak to zaraz zobaczymy, znanym i uprawianym był od czasów najdawniejszych. Massaż opartym jest na podstawach naukowych i jako dzielny środek leczniczy udoskonalać i rozpowszechniać się będzie, bez wątpienia, coraz bardziej.

Nie będziemy tu szczegółowo przytaczali historyi massażu, za wieleby nam ona miejsca zajęła, niepodobna jednakże nie wspomnieć o niektórych wybitniejszych peryodach jego rozwoju i stosowania jako środka leczniczego w medycynie.

Znakomite dzieło „Sosruta", napisane na wiele wieków przed Chrystusem, zawiera dokładny opis

gimnastyki lekarskiej, która po większej części złączoną była z przepisami religijnemi. Podobnież w najstarszej księdze chińskiej „Cong—Fou“ znajduje się szczegółowy opis gimnastyki wraz z odnośnemi rysunkami. Są tam dowody, że Chińczycy od najdawniejszych czasów zajmowali się gimnastyką i posługiwali się nią jako środkiem leczniczym. Od najdawniejszych również czasów wykonywano w Państwie Niebieskiem ćwiczenia mięśniowe w celu wzmocnienia muskułow, osłabionych nadmierną pracą, za ich to pomocą usuwano cierpienia reumatyczne, kurcze i rozmaitego rodzaju skrzywienia. Podobnież dla zmniejszenia napływów krwi, przy tak nazwanych udarach (congestio), zamiast puszczania krwi posługiwano się ćwiczeniami gimnastycznemi.

U Indusów aplikowanie rozmaitych ćwiczeń mięśniowych w celu leczenia nazywano „shampoing“ a w koloniach hollenderskich Oceanu Spokojnego „pidjet—ten“ i zazwyczaj wykonywano je w celu usunięcia bólów.

U Rzymian i Greków starożytnych leczenie za pomocą gimnastyki było bardzo szeroko rozpowszechnione. Znakomite przepisy Hippokratesa w tym przedmiocie były stosowane przez najsławniejszych lekarzy. Można powiedzieć, że ten znakomity mąż dał podwalinę tej nauce.

Plutarch zapewnia, że Cezar, cierpiący na nerwoból, poddawał się codziennie ugniataniu, które mu jego niewolnik wykonywał.

W średnich wiekach, nauka potępiwszy wszystko, co pochodziło od starożytnych Rzymian i Greków, wyrugowała również i leczenie mechaniczne.

Dopiero w roku 1740 pojawia się dzieło Anglika, Franciszka Fuller'a, zatytułowane „Gimnastyka lekarska, czyli każdy swoim własnym lekarzem" w którem obszernie traktowaną jest rzecz o ekonomii zwierzęcej i jej wpływie na leczenie bardzo wielu chorób, jako to: suchot płucnych, wodnej puchliny hypokondryi i t. p. W następnych latach pojawiają się podobnej treści książki Boerner'a, Gehricke'a drukowane w Helmstadtze. Świat lekarski jednakże w owych czasach zanadto zaprzątniętym był chemią i farmakologią, aby zwrócić pilniejszą uwagę na te prace.

W czterdzieści lat po pojawieniu się książki Fullera wyszło z druku dzieło lekarza Józefa Klemensa Tissot'a p. t. „Gimnastyka lekarska, czyli zastosowanie ćwiczeń do organów człowieka, według praw fizyologii, hygieny i terapii". Oba te dzieła są dalekiemi od wyczerpującego wykładu terapii mechanicznej, lecz wykazują, w każdym razie, jak wielką wagę już wówczas przywiązywano do wykonywania ruchów regularnych i metodycznych.

Właściwe jednakże umiejętne i z korzyścią połączone stosowanie ćwiczeń gimnastycznych w medycynie datuje od pojawienia się dzieła szwedzkiego uczonego Linga p. t. „Ogólne zasady gimnastyki" (1834), które jako „gimnastyka szwedzka" rozpowszechniła się w bardzo krótkim czasie po całym świecie.

Ling właściwie pierwszy oparł leczenie gimnastyką na podstawach naukowych. Zarówno on, jak i jego uczniowie posługują się ruchami *czynnemi* i *biernemi*. Te ostatnie między rokiem 1850 i 1860 weszły

we Francyi w rozpowszechnienie pod nazwą *massażu* (mięsienie). Leczenie tym sposobem odnosiło się jednakże głównie do chirurgii i prace Rizet'a, Magne'a, Lebatard'a, Millet'a i innych traktują massaż jedynie w tym kierunku. Dopiero Estradère (1863) zaczyna posługiwać się massażem jako środkiem terapeutycznym w chorobach wewnętrznych.

Do roku 1870 literatura terapii mechanicznej składała się zaledwie z kilku dzieł, a i praktycznem zastosowaniem, z wyjątkiem Szwecyi, zajmowało się zaledwie kilku lekarzy. Świetne jednakże rezultaty, jakie za jej pomocą osiągano, szczególniej w chorobach chirurgicznych, zwróciło uwagę szerszego koła lekarzy. W ostatnich latach dzięki pracom Estradera, Reibmayera, Metzger'a, Wernera, Schreiber'a Zabłudowskiego i wielu innych massaż uzyskał w medycynie prawo obywatelstwa i dziś największe powagi lekarskie posługują się nim zarówno w chirurgii, jak i przy leczeniu chorób wewnętrznych.

Określenie i sposoby wykonywania massażu.

Massaż (massage) pochodzi od masser—gnieść, ugniatać. Otóż to ugniatanie, które wykonywa lekarz na osobie chorej, lub wreszcie sam pacyent na sobie, nazwanem zostało we Francyi massażem i uzyskało sankcyą metody leczniczej w całym świecie. W nomenklaturze polskiej, według Słownika Terminologii Lekarskiej Polskiej massaż nazywa się *mięsieniem*, *ugniataniem* lub też *wałkowaniem ciała*.

Ponieważ jednak żadna z tych nazw nie jest wyczerpującą, gdyż przy wykonywaniu massażu stosuje się prócz powyższych także i do innych manipulacyj, używać będziemy powszechnie przyjętej nazwy *massaż* i w dalszym ciągu naszej pracy.

Nietylko tedy do ugniatania uciekamy się przy wykonywaniu massażu, manipulacye, jakie przychodzi wykonywać rozdzielić można na bardzo wiele odcieni, przejścia między niemi są nadzwyczaj nieznaczne, tak, że wszystkich opisać nie pokusimy się, gdyż nawet oddanie ich na rysunkach jest bardzo trudnem a często niemożliwem. Ze wszystkiemi sposobami massowania zaznajomić się można jedynie na drodze praktycznej, a dodać wypada, że własne doświadczenie odgrywa bardzo ważną rolę, że skutkiem tego właśnie sposoby są bardzo liczne i, że każdy specyalista, prócz ogólnie przyjętych, posiada jeszcze własny sposób massowania.

Metzger odróżnia cztery główne sposoby wykonywania massażu, które po największej części w praktyce wystarczają, a mianowicie:

1. (Głaskanie effleurage).

Pod tem mianem należy pojmować pociągania jedną lub obiema rękami od periferyi do środka, t. j. massując np: rękę lub nogę pociągania po skórze odbywać się winny w kierunku od palców do ramienia i do uda. Odbywać się ono może w najrozmaitszy sposób (fig. 1). Najczęściej jednakże gładzi się dłonią.

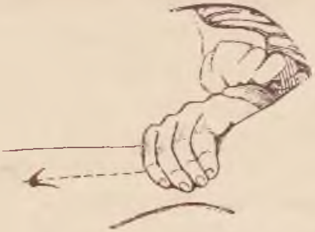


Fig. 1.
(Głaskanie przy distorsyi nogi).

która wykonywa ruchy zupełnie odpowiednie konturom cierpiącego organu, z siłą bardzo rozmaitą począwszy od głaskania w ścisłem znaczeniu tego słowa do nacierania z uciskiem, wywieranym drugą ręką. Jeżeli mamy do czynienia z pozostałemi wy-

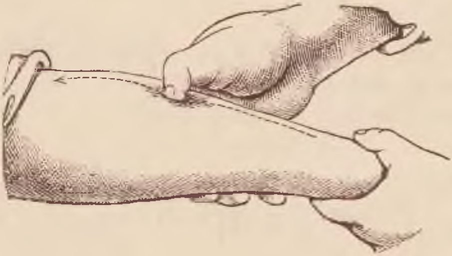


Fig. 2.
(Głaskanie wielkim palcem przy zgrubieniu ścięgien).

siękami odłożonemi n. p. między ścięgna lub mięśnie, wówczas należy końcami palców wnikać głęboko w tkanki, co uskutecznić można za pomocą wielkiego palca (fig. 2) albo też czterema palcami, jak to widzi-

my na fig. 3, przyczem palce dotykać powinny skóry prawie prostopadle i głęboko wnikać w tkanki, wywierając w czasie głaskania ucisk na chore miejsce.



Fig. 3.
(Głaskanie wieloma palcami przy wysiękach między mięśniami).

Jeżeli mamy do czynienia z niewielkiemi przestrzeniami, gdzie pod skórą bezpośrednio znajduje się kość, wtedy głaskanie wykonywać należy z umiar-



Fig. 4.
(Głaskanie obydwoma wielkiemi palcami przy migrenie).

kowaną siłą brzuścami jednego, albo obudwu wielkich palcy (fig. 4). Przeciwnie zaś w miejscach, gdzie znajduje się kilka warstw mięśni, należy rękę tak ustawić, aby dolną częścią dłoni wywierać jak najsil-

niejszy ucisk, przyczem pozycya chorego i massującego powinna być taką, aby ten ostatni mógł i całem ciałem wywierać ucisk w czasie wykonywania głaskania (fig. 5).



Fig. 5.
(Głaskanie dłońmi przy ischias i lumbago).

Przejście od głaskania do ugniatania (petrissage) stanowi manipulacyą, wykonywaną za pośrednictwem zamkniętych rąk knykciami palców. Sposób ten nazywa się „grzebieniowym“ (Kammgriff). Obie dłonie ustawiają się w ten sposób, że wielkie palce stykają się, a średnie



Fig. 6.
(Sposób „grzebienowy“).

stawy czterech pozostałych palców w postaci grzebienia stanowią prawie linię prostą. Dla nadania większej spójni rękom pomieszcza się wielki palec lewej ręki w prawej, lub też odwrotnie (fig 6). Sposób ten jest bardzo skutecznym, ale i zarazem bardzo bolesnym.



Fig. 7
(Nacierania przy przewlekłem zapaleniu stawu kolanowego).

2. Nacieranie (massage à friction).

Sposób ten massowania jest zarówno trudnym do opisania, jak i do przedstawienia na rysunku.

Zasadza się na silnych kołowych wcieraniach, wykonywanych ręką, głównie zaś końcami palców na przemian z silnemi głaskaniami drugą ręką (fig. 7). Na małych przestrzeniach wykonywa się nacieranie wielkim palcem, palcami zaś drugiej ręki obejmuje się sąsiednią część organu, co stanowi pewien rodzaj działania pomocniczego, za pomocą bowiem tego rękoczynu staramy się produkty chorobne rozgnieść i porozmieszczać je w sąsiednich zdrowych tkankach.

Przy tym sposobie massowania nie należy koniecznie wykonywać ruchów z dołu do góry; dozwolone są i wprost przeciwne, byleby tylko rozpoczynać od ogniska choroby i kierować się w stronę zdrowych tka-

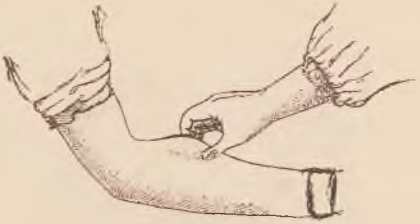


Fig. 8.
(Ugniatanie pojedynczych mięśni na przedramieniu).

nek, przy ukończeniu zaś nacierania wypada jeszcze wykonać kilkanaście, lub kilkadziesiąt ruchów wyżej opisanego głaskania.

3. Ugniatanie (petrissage).

Tu zalicza się prócz ugniatania, uciskanie, wałkowanie i t. p. chorego miejsca. Główne działanie zasadza się na chwiejnym ucisku, który raz obejmuje tylko małą przestrzeń, to znowu rozprzestrzenia się na większej powierzchni.

Sposób ten może być jedynie stosowanym na takich miejscach, które dają się dobrze pochwycić i unieść od punktu przyczepienia, a więc głównie na kończynach. Na innych częściach ciała tylko w niektórych miejscach można ująć mięśnie między palce i ugniatać je porządnie, np: na grzbiecie.

Najprostszy sposób ugniatania polega na tem, że się ujmuje żądaną część mięśni między palce, unosi się je nieco ku górze, a następnie między palcami ugniata, lub wałkuje (fig. 8).



Fig. 9.
(Silne ugniatanie ramienia.)

Większe grupy mięśni ujmuje się w obie ręce i wykonywa się ruch podobny, jak przy wygniataniu nasiąkniętej gąbki (fig. 9). Odmiauą ugniatania jest



Fig. 10
(Ugniatanie czyli wałkowanie).

wałkowanie mięśni między obiema rekami (fig. 10). Manipalacya ta odbywać się powinna bardzo prędko.

Sam ucisk ma w tym razie podrzędne znaczenie a chodzi głównie o wyciąganie i targanie mięśni, ścięgien i nerwów.

Jeżeli chodzi o wykonanie ugniatania na bardzo ograniczonych przestrzeniach np. przy rozgniataniu



Fig. 11.
(Ugniatanie wielkiemi palcami przy zgrubieniu ścięgien na grzbiecie ręki).

zapalnych guzów na ścięgnach palców lub ręki (ganglion), zgrubieniu ścięgien i t. p. wtedy wykonywa się takowe za pomocą końców palców, jak to przedstawiono na fig. 11.



Fig. 12.
(Rąbanie przy lumbago).

4. Uderzanie (tapotement).

Wykonywa się albo jedną ręką lub też obydwiema, jednym palcem lub też kilkoma palcami, grzbietem ręki lub też boczną częścią dłoni, co nazywa się rąbaniem (Hacken) (fig. 12), uderzanie zaś grzbietem ręki nazywa się klepaniem (fig. 13). Ten rodzaj massowania może być z wielką korzyścią wykonywa-

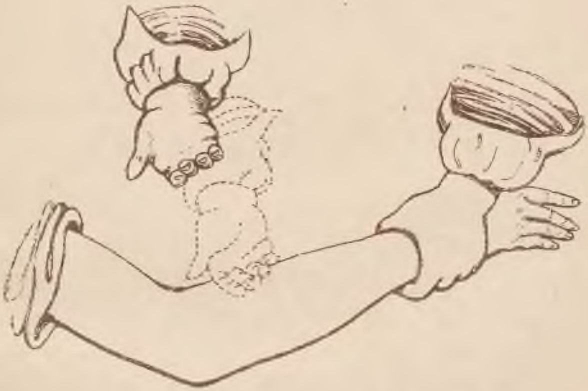


Fig. 13.
(Uderzanie grzbietem ręki przy paraliżu przedramienia).

nym za pomocą odpowiednich narzędzi i tak do klepania jest odpowiednio zbudowany tak nazwany klepacz mięśniowy (Muskelklopfer) Klemm'a; do uderzania pięścią, elastyczna pięść, a zamiast palców użytym być może młotek Benetta.

Ten sposób massowania nie wymaga wielkiej siły, poruszenia winny być lekkie, elastyczne i z szybkością wykonywane.

Ogólne uwagi nad massażem.

Specyalista, zajmujący się massowaniem, powinien przedewszystkiem odpowiadać warunkom wymaganym, i tak, co do lat najlepiej, gdy jest w średnim wiekn, wtedy siła muskularna jest w najwyższym rozwoju i wytrzymałość największą; zbyt młode indywidua i starcy nie są zdolni wykonywać massażu tak dokładnie, jak ludzie w średnim wieku.

Co do płci, należy, z tych samych względów, przyznać wyższość jako masserom mężczyznom nad kobietami. Autorowie są różnego zdania co do wykonywania massażu na gołej skórze lnb też przez odzienie. Jedni utrzymują, że skutek jest jednakowy, gdy znów inni, a między niemi Reibmayer, twierdzą, że należy bezwarunkowo massować na gołej skórze. Ten ostatni pisze w swej książce o massażu:

„Twierdzą, że w skutek massowania przez odzienie bolesność się zmniejsza. W takim razie część siły massującego zostaje sparalizowaną przez suknie. Toż w takim razie lepiej jest wykonywać massaż z mniejszą siłą i na gołej skórze a jednocześnie chory nie będzie miał bólu i lekarz oszczędzi sił“.

Dalej utrzymują, że massując przez odzienie skóra zostaje oszczędzoną, na co Reibmayer bardzo słusznie odpowiada:

„Czyż znanym jest materyał, któryby pod względem gładkości, miękkości, elastyczności i temperatury mógł iść w porównanie z powierzchnią gładkiej dłoni człowieka? Jeżeli przy massowaniu ręką skóra zaczerwieni się zbytnio lub zostanie obrażoną, wtedy niewątpliwie jest takowe winą massnjącego, a przy

nadużyciu siły lub nieostrożności, obrażenia zrobione flanelą będą jeszcze znaczniejszemi".

Co do wstydliwości to zapewnia Reibmayer, że nigdy nie zdarzyło mu się, aby z tego powodu kobieta nie pozwoliła leczyć się massażem.

Pominąwszy—mówi dalej ten sam autor — utrudnienie, jakie sprawia ubranie przy massowaniu, prawie w zupełności zniesionym zostaje zmysł dotykania, jakimże sposobem jest w możności massujący wymacać maleńkie, zaledwie przy niezakrytej skórze dające się odszukać wysięki, przez odzienie, rozgnieść je i zmusić w ten sposób do wessania? Właściwe użycie siły przez ubranie napotyka również pewne trudności.

Nareszcie dla skóry ludzkiej nie ma nic bardziej przyjemnego w dotyku, jak ciepła, delikatna, elastyczna zdrowa ręka, skutkiem tego powinno się bez wyjątku massować na gołej skórze. Uważać należy, aby w czasie massowania żadne opaski, żadne podwiązki, nawet w znaczniejszem oddaleniu chorego organu nie krępowały.

Dodać wypada, że pomimo zdania innych autorów, utrzymujących, że massowanie również może być korzystnem przez ubranie, jak np. przez stosowny obcisły kostyum z białej flaneli, przychylić się należy do zapatrywań Reibmayera i każdy, kto próbował choć raz wykonywać massaż jednym i drugim sposobem, przyznać musi wyższość temu, który się odbywa na obnażonem ciele. Podobnego zdania są i pacyenci.

Massować można na sucho i przy pomocy sma-

rowania organu chorego i ręki lekarza substancyami tłustemi, takiemi, jak oliwa, wazelina, gliceryna i t. p.

Jeżeli idzie o wywołanie przypływu krwi do skóry i o sprawienie działania termicznego, elektrycznego, wtedy massuje się na sucho. Jeżeli chcemy działać na organa głębiej położone pod skórą, np. na macicę, oko, massuje się również na sucho, jedynie bowiem w ten sposób możliwem jest ujęcie skóry palcami i uniesienie jej w górę. Podobnież na sucho wykonywa się ugniatanie i uderzanie.

Jeżeli przychodzi massować przez czas dłuższy i do tego na większych przestrzeniach i skutek ma mieć mechaniczne znaczenie, wtedy zawsze uciekać się należy do tłuszczu.

Najwięcej używaną w tym celu jest waselina· nie posiada bowiem zapachu, jest konsystencyi odpowiedniej, a plamy nią zrobione na odzieniu dają się w łatwy sposób wywabić.

Można dla podziałania na umysł pacyentów do waseliny dodawać pewne lekarstwa jak np. trochę opium lub morfiny, które naturalnie na zmniejszenie bólu, wywołanego massowaniem, wcale nie wpłyną, a jednak większość chorych utrzymuje, że za ich dodaniem „mniej boli“.

Jeżeli miejsce, mające być massowanem, zarośniętem jest bardzo obficie włosami, dobrze jest takowe zgolić. Zalecić to przedewszystkiem należy początkującym w sztuce massowania, starać się bowiem winni, aby prócz swą niezręcznością chorym bólu z innych powodów nie przyczyniali. Zwykle panowie ci skutkiem zbyt silnego i niezręcznego massowania wy.

wołują na skórze podbiegnięcia krwawe w postaci niebieskich plam.

Za mocne i niezręczne massowanie — powiada Reibmeyer — jest wadą wszystkich początkujących. Zręcznego massowania można nabyć dopiero po kilku latach wprawy. Massowanie można porównać z grą na fortepianie. Fortepianista, którego stawy palcowe w chwili uderzania nie odgrywają głównej roli, nigdy nie zostanie doskonałym fortepianistą.

Odczuwają to doskonale pacyenci; gdy zręczny masser nawet przy silnem massowaniu sprowadza bardzo nieznaczny albo nawet żaden ból, niezręczny wywołuje bardzo przykre bóle i podbiegnięcia na skórze.

To umiarkowanie siły powinno być bardzo umiejętnem. W jednych bowiem razach cokolwiek za mocne przyciśnienie może choremu niepowetowaną szkodę wyrządzić, w innych znowu za słabe massowanie nie przyniesie żadnej korzyści i tylko niepotrzebnie zabiera czas zarówno leczonemu, jak i leczącemu. — Określić tej siły w żaden sposób nie podobna, wprawy i umiejętności w tym względzie nabyć jedynie można przez doświadczenie. Szczególniej ostrożnym z nadużyciem siły trzeba być u osób starszych, które skończyły lat 60. Tkanki w tym wieku są same przez się mało elastyczne a naczynia krwionośne z łatwością uledz mogą rozerwaniu.

Skutkiem tego należy sobie zadać pytanie, czy osoby nie wykształcone specyalnie, nie lekarze, mogą się zajmować massowaniem?

Wiadomo, że posługacz sławnego profesora Schuh'a, Vasali wykonywał trudne operacye, takie

jak podwiązywanie arteryi, z zamkniętemi oczami. Podobnież Antoni, chłopiec posługujący znakomitemu Profesorowi wiedeńskiemu Rokitańskiemu na wykładach anatomii patologicznej, mógł rywalizować o lepsze z lekarzami w rozpoznawaniu zmian patologicznych organizmu ludzkiego. Fakta te bez wątpienia, same przez się, odpowiadają na uczynione pytanie, t. j. że każdy bez wyjątku przy pracy może się nauczyć sztuki massowania, lecz praca musi być seryo prowadzoną. Należy poznać budowę ciała ludzkiego, zapoznać się ze zmianami w skutek choroby powstałemi, gdyż jeżeli Vasali umiał robić operacye to dla tego, że się uczył, że przez lat dwadzieścia pięć widział wykonanie tysięcy operacyj a Antoni pomagał swemu panu i professorowi w wykonaniu sekcyi na 70,000 trupach. Osobie nie będącej z powołania lekarzem, potrzeba wiele czasu i sumiennej pracy, aby dojść możności korzystnego massowania chorych; że potrafią wyciągnąć korzyść dla siebie, o tem i wspominać zdaje się nie potrzeba. Skutkiem tego lekarz powinien sam massować lub przynajmniej massującemu przy jego czynności asystować.

W konkluzyi przytaczamy słowa J. Schreibera.

1. Każdy lekarz bez wyjątku, o ile posiada odpowiednie warunki (głównie zdrowie) i powołanie, może sam się wyuczyć sztuki massowania i leczyć za jej pomocą rozliczne choroby.

2. Brak odpowiednich narzędzi do massowania nie staje na przeszkodzie w wykonywaniu massażu, czyni go tylko cokolwiek trudniej-

szym i czas wykonywania musi być nieco dłuższym.

3. Leczenie chorób zastarzałych, wymagających wielkiego doświadczenia i siły, powinno być pozostawione specyalistom w zakładach leczniczych.
4. Ludzie nie fachowi, mogą przez długie przypatrywanie się i umiejętne wskazówki wprawić się w niektóre sposoby massowania, lecz pozwolić samym prowadzić leczenie byłoby narażać chorych na niejedno niebezpieczeństwo.

Jaki efekt sprawia massaż w tkankach?

Skóra pod wpływem tarcia zużywa się, naskórek zużyty odłuszcza, dla tego też pacyenci utrzymują, że po massowaniu skóra staje się delikatniejszą, bardziej elastyczną, przyczem przybiera odcień różowy. Pozbywszy się tego zużytego pokrycia skóra przepuszcza łatwiej produkty spalenia w organizmie, które w przeciwnym razie wydostać się mogą jedynie z wielką trudnością, a nierzadko wywołują w niej stany zapalne. Gruczołki potowe łatwiej pozbywają się swej wydzieliny. Skóra w ten sposób ożywiona wykonywa daleko łatwiej procesy endosmosy i exosmosy, niezbędne do dokładnego odżywiania organizmu. Wymianą gazów t. j. między powietrzem zewnętrznem a krwią, któremu ułatwiono przystęp do porów skórnych, odbywa się żywiej, oddychanie skórne zostało znakomicie ułatwionem, gdyż

pobudzono w niej szybsze krążenie krwi. To pobudzenie krążenia nie pozostaje umiejscowionem. Estradère powiada bardzo racyonalnie, że podwyższenie jednej funkcyi pociąga za sobą energiczniejszą czynność i w innych funkcyach; to poprawienie krążenia krwi w skórze oddziaływa i na grubsze pnie arteryalne i żylne, co zauważyć można po zwiększonej liczbie uderzeń pulsu i oddychania, a co zwykle ma miejsce po dokładnem massowaniu skóry. Naczynia lymfatyczne skutkiem massowania nabywają również większych własności chłonięcia i skutkiem tego następuje szybkie rezorbowanie się wysięków patologicznych, i zwiększenie czynności w całym systemie naczyń lymfatycznych.

Wpływ na nerwy jest niezmiernie wielkim; skutkiem massowania bywają pobudzone gałązki końcowe nerwów obwodowych. które przeniesione zostaje na cały system nerwowy. Massowaniem wywołujemy bardzo często dosyć znaczny ból w tych gałązkach końcowych, gdyż czynność ich zostaje w wysokim stopniu podrażnioną, lecz podrażnienie to wkrótce znika i nerwy uspokajają się.

Często massaż w pierwszych chwilach wywołuje uczucie bardzo nieprzyjemne, które jednakże wkrótce ustępuje miejsca uczuciu bardzo przyjemnemu, a o którem zapewniają wszyscy autorowie, czerpiący dane z zapewnień chorych, poddawanych massowaniu.

Różne manipulacye wykonywane massowaniem, jako to: bardzo silne gładzenie, nacieranie, gniecenie i uderzanie wywołują w mięśniach nawet głęboko położonych objaw, znany pod nazwą kurczenia się i pobudliwości muskułów (Estradère).

Pod wpływem massażu mięśnie się kurczą t. j. nabywają łatwości czynić takie ruchy, przy których ich końce zbliżają się do siebie, przy czem długość zmniejsza się a powiększa w pewnych miejscowościach grubość. Dotąd mniemano, że owa kurczliwość zależną jest wyłącznie od nerwów, tymczasem doświadczenia na zwierzętach zatrutych kurarą, która posiada własność paraliżowania nerwów ruchowych, wykazały, że wpływ na kurczliwość muskułów posiadają i bodźce zewnętrzne, a w ich liczbie i massaż.

Nie należy skutkiem tego—powiada Estradère, wykluczać wpływu nerwowego na kurczenie się mięśni, podobnież pamiętać wypada, że nader ważnym czynnikiem jest krążenie krwi, że mięsień pozbawiony ożywczego płynu, jakim jest krew, traci już w przeciągu kilku godzin stopniowo własność kurczenia się i nareszcie obumiera.

Z tych danych fizyologicznych wynika, że prócz naturalnych czynników, jakiemi są nerwy i naczynia krwionośne, można również i sztucznie, za pomocą massażu, wpływać na powiększenie kurczenia się mięśni Można—według wyżej wzmiankowanego autora — twierdzić, że działanie massażu jest bezpośredniem i pośredniem, gdyż z jednej strony działa wprost na włókna mięśniowe, a z drugiej pośrednio za pomocą nerwów. które drażni i cyrkulacyi, którą pobudza do energiczniejszej czynności, również sprowadza kurczenie.

Wypada teraz zbadać skutki i korzyści, jakie osięga organizm skutkiem wywołania skurczów w mięśniach.

Fizyologia wykazała, że kurczenie się dla życia muskułów jest niezbędnem, zarówno dla ich żywienia się, jak możliwości wykonywania swej funkcyi.

Wiadomo powszechnie, że mięśnie zostające w spokoju zmniejszają się w objętości, już po krótkim czasie chudną, i przeciwnie, że rozwijają się wykonywając swą właściwą pracę — kurczenie się. Dosyć przyjrzeć się rękom tracza i urzędnika. Jeszcze dotykalniejszym jest dowód przy złamaniach kości kończyn; ręka pozostająca przez kilka tygodni na temblaku traci bardzo wiele na objętości, staje się znacznie chudszą od zdrowej ręki.

Podobnie sztucznie wywoływane kurczenie za pomocą ugniatania, nacierania, uderzania sprowadzając w mięśniach kurczenie się, jednocześnie podnosi żywienie się mięśni, wymiana gazów odbywa się w nich daleko szybcej i w ten sposób osiągamy dla organizmu korzyści, gdy tymczasem bezczynność mięśniowa, spokój byłby zabójczym dla zdrowia. Szkielet osiąga również skutkiem kurczenia się mięśni wpływy dodatnie, to samo można zauważyć i na stawach.

Nie mniejszy, chociaż znacznie powolniejszy wpływ wywiera massaż na mięśnie, znajdujące się w trzewiach; są to mięśnie o włóknach gładkich, gdy tymczasem mięśnie ruchu są prążkowane. Nie podobna na te mięśnie gładkie działać massowaniem bezpośrednio, lecz za pomocą drażnienia odpowiednich nerwów cel ten doskonale może być osiągniętym, i w ten sposób działamy na nie w chorobach serca, wątroby, śledziony, macicy, żołądka, kiszek, pęcherza moczowego i t. p.

W niektórych chorobach systemu nerwowego zachodzą zmiany, których ani gołem okiem ani uzbrojonem dojrzeć nie podobna, odbywają się tu tak zwane zmiany w molekularnym układzie nerwów, powstające raz skutkiem zbytniego wyczerpania się życiem a jeszcze częściej nadużycia, kiedy indziej znowu wskutek wadliwego odżywienia się tych nerwów. I w jednym i w drugim razie można massażem takie chore nerwy przyprowadzić do równowagi. Prócz tego w pewnych stanach atonicznych, odrętwienia nerwowego, zależnego często od niewłaściwego krążenia strumieni elektrycznych po nerwach, można również wywołać poprawę. Wiadomo, że stany te w nerwach czuciowych sprowadzają nerwobóle, (nevralagie), otóż massowanie usuwa je prawie zawsze. Jak już powiedzieliśmy wyżej, podraźnienie z początku zwiększa się, chorzy często się niecierpliwią, lecz bardzo prędko doznają korzystnego wpływu massażu i o takowy sami się dopominają. Wypada zwrócić jeszcze uwagę na tę okoliczność, że działając za pośrednictwem massażu na mięśnie bezpośrednio, oszczędza się pracy nerwom, pozostawia się je w pewnym stopniu w spoczynku, co w niektórych razach przynosi zdrowiu wielkie korzyści.

Wpływ massażu na system nerwowy oddziaływa na wszystkie funkcye bez wyjątku, zarówno na krążenie jak i oddychanie, na trawienie i na funkcyą płciową. W tej ostatniej ten skutek dodatni najlepiej się objawia. Indywidua bowiem, które z rozmaitych powodów utraciły ją w znacznym stopniu albo nawet całkowicie, pod działaniem tego potężnego środka, (jakkolwiek takowy nie odbywa się bynaj-

mniej na organach płciowych, lecz na muskulaturze całego organizmu), skutkiem właśne wpływu nerwowego, odzyskują tę funkcyą na czas dłuższy.

Massowanie niektórych pojedyńczych części ciała.

Mówiąc o sposobach massowania zwróciliśmy uwagę na to, w jaki sposób wykonywa się je na kończynach. Są to, naturalnie, tylko rysy najogólniejsze; kto zna anatomią człowieka, łatwo zrozumie, że niepodobieństwem jest wyłożyć w broszurze szczegółowo sposobów massowania wszystkich organów oddzielnie. Dla lekarza jest ono zbytecznem, nie lekarz zaś musiałby przedewszystkiem wyuczyć się anatomii, co wymaga przynajmniej dwóch lat sumiennej pracy w prosektoryum na trupach, dla tego wypada ograniczyć się na wyżej wzmiankowanych wzorach. W tem miejscu pragniemy jeszcze zapoznać czytelnika z niektóremi sposobami wykonywania massażu na częściach ciała, które najczęściej z powodu rozlicznych cierpień massowaniu bywają poddawane. I tak najsamprzód zobaczmy, w jaki sposób massuje się szyję.

Prócz tego, że massaż bardzo korzystnie wpływa na zmniejszenie przypływu krwi lub też zastojów, jednem słowem przy przekrwieniu pewnych organów po stłuczeniach, prócz tego, powiadamy, można za jego pośrednictwem, jak tego dokazały liczne doświadczenia, wykonane przez Gersta i innych specyalistów, zmniejszyć przekrwienie w rozmaitych organach

skutkiem spraw chorobnych powstałe. Może na żadnej innej części ciała skutek takowego leczenia nie jest tak wyraźnym, jak na szyi, gdzie można zmniejszyć nawały krwi do głowy. Dzieje się to skutkiem tego, że naczynia krwionośne, zarówno jak i lymfatyczne pomieszczają się na szyi bardzo powierzchownie tuż pod skórą i powięzią.

Massaż szyi.

Gerst opisuje massowanie na szyi w następujący sposób:

„Pacyent, obnażywszy ciało do połowy piersi pozostając w pozycyi stojącej, przechyla głowę nieco ku tyłowi, oba zaś ramiona opuszcza swobodnie ku dołowi, skutkiem tego massujący nie traci tak prędko sił, jakby to miało miejsce, gdyby pacyent siedział, a powtóre otrzymujemy większą powierzchnię do wykonywania massażu i tenże jest w stanie sprawić lepszy skutek. Prócz tego trzeba choremu nakazać, aby głęboko i równomiernie oddychał. Chorzy są z początku najczęściej zajęci sposobem wykonywania massażu; skutkiem tego oddychają nadzwyczaj powierzchownie. lub nawet na pewien czas w zupełności oddech wstrzymują a skutkiem tego odpływ krwi żylnej staje się utrudnionym, co w wysokim stopniu przeciwdziała massowaniu i opóźnia jego wpływ dobroczynny.

Co do gładzenia. które wykonywamy na szyi, to daje się ono podzielić na trzy części. Najsamprzód pomieszcza się rękę między głową a szyją w ten sposób, aby wewnętrzny brzeg dłoni t. j. od małego

palca dotykał w tem miejscu skóry pacyenta, a mały palec i koniec pierścionkowego czyli czwartego powinny się znajdować za nchem, na tak nazwanym wyrostkn sutkowym. Następnie wykonywa się obrót ręką w kierunku jej długosci tak, że koniec wewnętrzny dłoni wykręca się na zewnątrz i w ten sposób cała dłoń przychodzi w zetknięcie ze skórą szyi chorego i następnie wykonywa się gładzenie ku dołowi, jak to widzimy na rycinie poniżej zamieszczonej (fig. 14).



Fig. 14
(Massowanie szyi według Gersta).

Wypada zwracać baczną uwagę przy massowaniu szyi, aby wywierać ucisk palcami na obie żyły szyjowe, a prócz tego resztą dłoni wywierać ucisk na licznie rozmieszczone na szyi pomniejsze żyły i naczynia lymfatyczne. Doszedłszy do końca dolnego szyi, mały palec wraz z wewnętrznym brzegiem dłoni unoszą się ku górze i w tem miejscu działa się przeważnie palcami wskazującemi i brzegiem zewnętrznym dłoni t. j. tym, przy którym osadzony jest wielki

palec. Wystrzegać się potrzeba przy massowaniu górnej części szyi wywierania ucisku na kość podjęzykową, czyli gnykową (jabłko Adama), sprawia to bowiem bardzo przykry ból pacyentowi i pobudza go do kaszlu. Z tych samych względów starać się należy o oszczędzenie tchawicy i przy massowanin swobodnie ją między wielkiemi palcami przepuszczać.

W niektórych razach Gerst pozostawia samemu pacyentowi wykonywanie massażu szyi.

I tutaj również chory winien głowę nieco ku tyłowi przechylić a ująwszy ręką szyję u podbródka raz prawą, drugi raz lewą wykonywać gładzania z góry do dołu. Przy tej manipulacyi trzeba pamiętać o tem, aby wielki palec wywierał ucisk na żyłę szyjową, gdy



Fig. 15.
(Massowanie szyi wykonywane przez chorego).

dłoń i pozostałe palce wpływają na wypędzenie krwi z innych żył. Wielki palec prawej ręki uciska przytem prawą żyłę szyjową a lewej ręki lewą. Pociągnienia winny być ciągłe, odbywać się dosyć szybko i nie uciskać ani kości gnykowej, ani tchawicy (fig. 15).

Przy tem massowaniu jest ta niedogodność, że chory nie jest w możności objąć wielkiej przestrzeni, skutkiem czego nie ze wszystkich żył krew zostaje wypędzoną, a przytem męczy się bardzo szybko, tak, że uważać je można tylko za środek pomocniczy do massowania, jakie lekarz wykonywa, i tylko w tym celu zaleconem być winno.

Inny sposób, bardzo dobrze dający się wykonywać na dzieciach i osobach o cienkiej szyi, opisał Weiss. Mianowicie ułożywszy dziecko głową na kolanach drugiej osoby, lekarz siada naprzeciwko pomieściwszy korpus dziecka na swoich kolanach. Następnie pomieszcza cztery palce na karku a wielkiemi palcami obejmuje szyję tuż pod szczęką dolną.

Głaskanie odbywa się wielkiemi palcami, od miejsca przyłożenia, wywierając ucisk głownie na żyły szyjowe, do obojczyków, następnie dosięgłszy takowych, palce podejmuje się ku górze i nietykając szyi umieszcza się znowu pod szczękami dolnemi i t. d. (Fig. 16).



Fig. 16.
(Massaż szyi według Weiss'a).

Bardzo dobrym jest sposób Höffingera. Chory w pozycyi siedzącej przechyla głowę nieco ku tyłowi

a massujący pomieszcza się za chorym, opiera palce na szyi pod szczęką dolną, gdy wielkie palce z tyłu nie dotykają zupełnie skóry, następnie jak to pokazuje strzałką na rycinie (fig. 17) prowadzi gładzenie szybko ku dołowi i na zewnątrz. Dodatnią stronę tego sposobu stanowi to. że lekarz nie tak łatwo



Fig. 17.
(Massaż szyi według Höffingera).

się męczy i chorzy zazwyczaj oddychają daleko swobodniej i głębiej, aniżeli wówczas, gdy lekarz znajdnje się z przodu.

Jednostronne massowanie szyi, które głównie wykonywa się przy chorobach nszu, najlepiej uskutecznia się w ten sposób, gdy chory stoi albo też siedzi przed massującym, który odpowiednią rękę pomieszcza tuż pod uchem na wyrostku sutkowym i wykonywa silne pociągnięcia po bocznej części szyi, przyczem chory winien pochylić nieco głowę na przeciwną stronę (fig. 18).

Tu zwrócić należy szczególną uwagę na obrzękłe gruczoły, jakie często znajdują się w kącie żuchwy, takowe mogą być pojedynczo między palcami uciskane i wałkowaue.



Fig. 18.

(Jednostronny massaż szyi).

Massaż brzucha.

Może na żadnej innej części ciała massaż tak dawno nie był rozpowszechnionym, jak na brzuchu. Jest to znany środek ludowy przy cierpieniach brzucha, szczególniej zaś przy cierpieniach powstałych skutkiem niestrawności. Co prawda, odbywało się to i odbywa między ludem prostym bez żadnej świadomości rzeczy, bez metody, nie rzadko zamiast rękami ugniatania brzucha dokonywają kolanami i stopami: „im mocniej

tem lepiej i skuteczniej", utrzymują. W miastach massaż odbywa się również bardzo często tylko pod zmienioną nazwą, gdyż powszechnie nazywa się takowa operacya smarowaniem, wcieraniem oliwy ciepłej, maści rozmaitego rodzaju i t. p Szczególniej zaś w praktyce dziecinnej, gdzie smarowanie brzuszka oliwą i zawiązywanie watą należą do powszechnie znanych i bardzo często aplikowanych środków domowych.

Do medycyny praktycznej massowanie brzucha wprowadzonem zostało przez słynnego wynalazcę gimnastyki szwedzkiej, Ling'a. Kładł on główny nacisk na wzmocnienie mięśni brzusznych a więc za pomocą gimnastyki, która odbywała się w odzieniu; mianowicie zasadzała się na wykonywaniu ruchów biernych w połączeniu z innemi manipulacyami.

Dziś za pośrednictwem massażu, który wykonywa się na obnażonej skórze, staramy się na drodze refleksu (odruchu) podziałać na kiszki, a mianowicie na znajdujące się w nich włókna mięśniowe i tem samem pobudzić robaczkowy ruch w kiszkach.

Prócz tego i wprost za pomocą nagniatania, wykonywanego umiejętnie, można wpłynąć na posuwanie się zawartości kiszkowej, obfitsze wydzielanie się soków, niezbędnych do trawienia, jako to: żołądkowego, żółci i t. p Wykonywając jeszcze przytem ruchy czynne, wzmacniające mięśnie brzucha, osiągnąć można temi sposobami wielkie korzyści dla zdrowia.

Ponieważ sploty kiszkowe biegną w jamie brzusznej w najrozmaitszych kierunkach, raz ku dołowi, później w bok, to znowu ku górze i t. p., dla tego wcale nie wszystko jedno, jak się będzie wykonywało

głaskanie, nacieranie, gniecenie i t. d. Należy bezwarunkowo działać według metody, stworzonej na danych anatomicznych i fizyologicznych.

Bezwątpienia metoda Reibmayera, którą tu przytaczamy, czyni zadosyć wszelkim wymaganiom w tym względzie.

Cztery rękoczyny stosuje Reibmayer przy massowaniu brzucha. Pierwsze dwa służą dla wywołania na drodze reflexyjnej wzmożonego ruchu robaczkowego w kiszkach, zaś pozostałe przyczyniają się do wydalenia, na drodze mechanicznej pomocy, zawartości tych organów.

Rękoczyn pierwszy wykonywa się w następujący sposób. Ustawiwszy rękę prostopadle tak, aby wielki palec znajdował się pod pępkiem nieruchomo, pozostałe zaś cztery nad pępkiem, wykonywa się niemi ruchy kołowe przy raz silnym, za chwilę znowu słabszym nacisku (fig. 19).



Fig. 19.
(Massaż brzucha, rękoczyn pierwszy).

Sposób ten rozdrażnia chorych w wysokim stopniu, szczególniej zaś kobiety nerwowe nie mogą go

znosić i dla tego nie należy w podobnych wypadkach go stosować.

Rękoczyn drugi, przy którym palce pozostają prawie nieruchomo a ugniatanie odbywa się dłonią, przyczem głównie ucisk wywierają kłęby mięśniowe zarówno wielkiego, jak i małego palca. Ucisk przytem powinien być bardzo wielkim. Palce odbywają za dłonią nieznaczne poruszenia, lecz ucisku nie powinny wywierać najmniejszego (fig. 20). Rękoczyn ten bywa zawsze dobrze znoszonym i prócz skutku reflexyjnego sprawia również mechaniczny; przy najsilniejszem massowaniu nie przyczynia prawie żadnego bólu.



Fig. 20.
(Massaż brzucha. Rękoczyn drugi).

Następne dwa rękoczyny sprawiają przedewszystkiem efekt mechaniczny na zawartość kiszkową i skutkiem tego stosują się w tych miejscach, w których ekskrementa przez czas dłuższy zostają zatrzymane, co ma miejsce w najgrubszych częściach kiszek,

gdzie działalność mięśniowa jest bardzo leniwą a mianowicie w kiszce ślepej i w części zagiętej.

Rękoczyn trzeci. Rękę prawą kładzie się na płask na prawą okolicę pachwinową a palec lewej pomieszcza się na palcach prawej ręki, jak to wskazuje fig. 21, i pociąga się obiema rękami z dołu i z wewnątrz do góry i na zewnątrz w kierunku przebiegu kiszki ślepej. Chcąc wrócić następnie do punktu rozpoczęcia massażu, prowadzi się linią około pępka, przy czem ucisk powinien być w zupełności zwolnionym. Lewa ręka nie służy jedynie do zwiększenia ucisku, lecz jednocześnie strzeże palce prawej ręki od zbytniego zginania się, skutkiem czego w przebiegu spoczywają zupełnie płasko na brzuchu chorego.



Fig. '21.
(Massaż brzucha. Rękoczyn trzeci).

Czwarty rękoczyn podobnym jest do poprzedniego, tylko rękę umieszcza się z lewej strony odpowiadając w ten sposób położeniu okrężnicy i kiszce zagiętej. Ręce układa się podobnie, jak w poprzednim rękoczynie, tylko rozpoczyna się nie od kanału pachwi-

nowego, lecz od śledziony i poruszenia idą z góry i z zewnątrz ku dołowi i na wewnątrz, przyczem im bardziej zbliżamy się do małej miednicy, tem ucisk powinien być silniejszym (fig. 22).



Fig. 22.
(Massaż brzucha. Rękoczyn czwarty).

Przy tym sposobie massowania wypada koniecznie postarać się o właściwą pozycyą chorego i massującego. W tym celu należy pacyenta ułożyć w ten sposób, aby głowa i klatka piersiowa jak najwyżej się znajdowały, nogi zaś w kolanach były o ile możności jak najwięcej zgięte, zalecić mu, aby zachowywał się spokojnie i równomiernie oddychał.

Lekarz albo przyklęka na jedno kolano, albo siada obok kanapy z prawej strony chorego.

Gdy chory znaduje się w łóżku, wówczas lekarz wykonywa massaż stojąc, przy czem zyskuje bardzo wiele na sile, gdyż jest w możności wywierać ucisk ciężarem całego korpusu.

Temi sposobami udaje się usuwać cierpienia,

przeciwko którym przez długi czas używane leki i kuracye wodami mineralnemi nie pomogły, lecz powtarzamy raz jeszcze, massaż winien być wykonywanym umiejętnie, wedłng zasad nauki, gdyż w przeciwnym razie z pewnością nie przyniesie choremu korzyści, a czasami może nawet wprost zaszkodzić.

Massaż gałki ocznej.

Gałka oczna jest bezwątpienia organem, na którym massowanie najłatwiej wykonywać się daje. Musimy zaraz na wstępie zastrzedz, że nigdy nie odbywa się ono bezpośrednio palcami na gałkę, lecz za pośrednictwem jej natnralnej ochrony t. j. powieki a raczej za pośrednictwem delikatnej błony śluzowej, wyścielającej wewnętrzną jej powierzchnię.

W celu dokonania tedy massażu gałki ocznej lekarz winien ująć w palce powiekę, lub też tylko za pośrednictwem jednego palca nią nacierać gałkę oczną.

Pagenstecher, znakomity okulista niemiecki, opisuje metodę massażu oka w następujący sposób.

Wskazującym lub środkowym palcem ujmuje się powiekę górną lub dolną przy jej brzegn rzęsowym i za pośrednictwem takowego możliwie jak najprędzej wykonywa się nacierania gałki. Odróżnia przy tem dwa sposoby nacierania; podłużny i cyrkularny. Pierwszy jest daleko lepszym i przy większości chorób oka używanym.

Zasadza się on na tem, że nacierania ze środka rogówki idą w kierunku równika gałki ocznej, zwykle w ten sposób massuje się tylko pewien odcinek

oka nie zmieniając kierunku można uskutecznić massaż na całej gałce.

Skuteczność massażu polega na tem, aby ruchy wykonywać bardzo szybko i bez wielkiego ucisku. Palec wraz z powieką powinien literalne z błyskawiczną szybkością się poruszać. Przy wprawie można nabyć wielkiej szybkości w wykonywaniu ruchów. Cyrkularne ruchy odbywają się: ująwszy jak poprzednio palcem brzeg rzęsowy powieki naciera się ją w około błony rogowej.

Najlepiej posługiwać się przy massowaniu oka średnim palcem, przyczem wskazujący opiera się o łuk brwiowy. Do właściwego massażu gałki ocznej dołącza się jako massowanie pomocnicze nacierania w okolicy brwi, skroni i czoła. Przy massowaniu oka nie należy smarować tłuszczem ani powieki ani palca, gdyż w ten sposób utraciłoby się punkt stałego oporu na powiece i palec ślizgałby się po takowej nie nacierając bynajmniej gałki ocznej. Wasseliną (szczególniej gdy jest silny stan zapalny na błonie śluzowej) można posługiwać się wkładając kawałek takowej w oko. Podobnież uciekać się można do jednoczesnego wprowadzenia tą drogą pewnych leków do wnętrza oka, jak np: tlenniku rtęci czerwonego, przyczem w skutek massowania działanie jego potęgnje się w wysokim stopniu. Pagenstecher zwraca uwagę, że powinien być w tym razie dokładnie zmiałkowanym, tak, aby pod lupą w waselinie nie można było odróżnie miałkich drobinek, w przeciwnym razie może ona tylko zaszkodzić. Tenże autor utrzymuje, że nie należy powtarzać massowania oka częściej, niż dwa razy dziennie i posiedzenia nie powinuy przekraczać

jednej do dwóch minut. Wypada baczną zwracać uwagę na skutek, jaki massaż sprawia, jak również na zdanie chorego, które bardzo wiele może objaśnić. I w tem miejscu musimy raz jeszcze powtórzyć, że podobną kuracyą może jedynie lekarz specyalista prowadzić, że pozwolić wykonywać massaż osobie, nieobeznanej z budową oką i zmianami chorobnemi, jakie w niem bywają, jest narażaniem tego drogocennego organu.

Massaż całego ciała.

W niektórych razach, gdy idzie o wzmocnienie całego organizmu, przychodzi wykonywać massaż na całem ciele, t. j. na wszystkich grupach mięśni, dostępnych dla dłoni massującego. Sposób ten znanym był doskonale starożytnym, po dziś dzień przechował się na wschodnie, gdzie skutkiem bezczynnego życia, jakie w większości, szczególniej zamożna klasa pędzi, regulowanie sił za pośrednictwem ugniatania ciała, które przeważnie w łaźniach się uskutecznia, stało się niejako niezbędną potrzebą. Wykonywa się ono tam w najrozmaitszy sposób. Dziś i w Europie massaż zaczyna być szeroko zastosowywanym. Szkoda wielka, że nie posiadamy zdolnych maserów, takich, jakich wschód ma w niewolnikach, którzy umieją bardzo zręcznemi manipulacyami massażu ożywić uśpione mięśnie i nerwy z bezczynności, albo na odwrót przywrócić im sprężystość i siłę, gdy zostały zbytnio sfatygowane.

Nie łatwą jest rzeczą wykonać dobrze taki massaż, trzeba bowiem umieć zastosować siłę do grubości warstwy tłuszczowej i tęgości mięśni. Najczęściej odbywa się to u nas z siłą brutalną, bez żadnej znajomości rzeczy; tam gdzie wypada naciskać delikatnie, uciskają całą siłą i odwrotnie, skutkiem czego wychodzi się z podobnej łaźni jakby zbitym, a nie ożywionym.

Ten rodzaj kuracyi ma przed sobą kolosalną przyszłość, gdyż chorzy, nie zużywając zupełnie sił na pracę mięśniową, assymilują przyjęty pokarm bardzo szybko i dokładnie, zyskują w krótkim czasie na wadze i jednocześnie odzyskują utraconą skutkiem rozmaitych chorób siłę muskularną i nerwową. Kuracya podobna nie powinna się nigdy odbywać w domu, w obec zwykłego otoczenia i codziennego zajęcia, lecz w specyalnych zakładach leczniczych i trwać od 6 do 12 tygodni.

Massaż za pomocą instrumentów.

Zanim massaż wprowadzono do nowożytnej medycyny, praktykowano go doskonale w postaci nacierań flanelą, szczotek, biczowania się rózgami i t. p. Wycieranie moczonemi prześcieradłami — powiada Reibmayer — nie jest niczem innem, jak massażem, przyczem prócz skutku, sprawionego massowaniem, działa niezaprzeczenie i wpływ zimna.

Tu jednakże wypada przyjrzeć się przyrządom i instrumentom, które służą do wzmożenia siły ręki człowieka i do jednoczesnego oszczędzenia ich.

Prócz tego wymyślono narzędzia, za pomocą których sam pacyent byłby wstania wykonywać massaż, np. w takich miejscowościach swego ciała, gdzie ręką dosięgnąć nie podobna.



Fig 23.

(„Nacieracz grzbietu Klemma").

Aby chory sam mógł wykonać na sobie massaż (nacieranie) na plecach, zbudował Klemm bardzo prosty i wygodny przyrząd, nazwany „nacieracz grzbietu"

(Rückenreiber). Służyć on również może do nacierań, jakie chory sam na sobie wykonywa przy lumbago i ischias, a także w cierpieniach reumatycznych i wszelkiego rodzaju nerwobólach. Z początku skutek takowego jest bardzo przyjemnym i chorzy chwilowo pozbywają się bólu, przyczem doznają uczucia ciepła, to też uciekają się do nacieracza bardzo często, za często nawet, tak, że wywołują na skórze nieprzyjemne i nie łatwo gojące się obrażenia, skutkiem których, naturalnie, użycie instrumentu staje się niemożliwem.

Przyrząd ten Klemma i sposób użycia przedstawionym jest na rycinie powyższej (fig. 23).

Dla wykonania ugniatania mięśni z jednoczesnem elektryzowaniem takowych wymyślił Stein przyrząd i nazwał go „rolką massażową“ (Massirrolle) (fig. 24). Nie ma wątpliwości, że w niektórych razach elektryczność odgrywa pomocniczą rolę przy massażu, w większości jednakże wypadków — zapewnia Reibmayer — można samem massowaniem skutek osiągnąć.



Fig 24.
(Rolka massażowa).

Ugniatania i nacierania tak wykonać przyrządem lub narzędziem, jak to można uskutecznić ręką, niepodobna; nie są one w stanie zastąpić tej natural-

nej maszyny, jaką natura człowieka obdarzyła. Jak już powiedzieliśmy przy ich działaniu, niepodobna umiarkować siły. Prędzej już można się wyręczyć narzędziem przy stosowaniu rękoczynu, zwanego „uderzaniem“ (tapotement) i takowe wykonać można za pośrednictwem „uderzacza“ Klemma (Muskelklopfer). Zrobionym on jest z 3 pałeczek kauczakowych, ujętych w rękojeść, bywa różnej grubości i długości. Używać go należy nie na gołą skórę, lecz osłonioną.

Reibmayer do tego rodzaju massażu używa swego przyrządu, który składa się z 3 do 4 rurek kanczukowych długich na 20 do 30 centimetrów. W ich wnętrzu umieszcza się fiszbinowe pręty i związuje silnie w jednym końcu, który służy za rękojść, prócz tego w kilku miejscach związuje się lekko wstążeczkami. W ten sposób uderzacz posiada daleko więcej elastyczności, gdyż rurki są otwarte, powierzchnia jego jest bardzo delikatną i skórę mniej drażni, niż to ma miejsce przy używaniu uderzacza Klemma, który zrobionym jest z kauczuku wulkanizowanego.

Klemm wymyślił również przyrząd do wykonywania uderzania, przydatny w takich miejscach, gdzie skóra leży w niewielkiej odległości od kości, wówczas bowiem uderzania pięścią są bolesne. Nazwał go „Fäustel“, formę zaś ma taką, jak widzimy na fig. 25



Fig. 25.
(Pięść Klemma).

Instrumentów różnego rodzaju do samego massowania, jak i w połączeniu z elektrycznością. wymyślono i zbudowano wielką ilość.

Zabłudowski zapewnia, że w Stokholmie, Londynie i Petersburgu znajdują się maszyny parowe o sile sześciu koni, przeznaczone do wykonywania massażu za pomocą różnorodnych narzędzi, z których jedne uderzają, drugie ugniatają, trzecie wałkują, a jeszcze inne służą do wykonywania ruchów biernych.

Reibmayer utrzymuje, „że lekarzowi, który pracuje przy pomocy siły pary, jest bardzo wygodnie".

Ale zaraz należy zadać sobie pytanie, czy i choremu z tem dobrze?

Maszyny parowe, jakie wymyślono ku temu celowi, wykonywają głaskanie, uciskanie, wałkowanie, uderzanie, prócz tego i ruchy bierne. Lekarz ordynuje za pośrednictwem napisanej stosownie recepty np: tyle i tyle uderzeń na minutę, w tej i tej okolicy, z taką a taką siłą; kiedyindziej znowu: ten i ten członek ma wykonać taką a taką ilość ruchów w przeciągu minuty przez przeciąg np: trzech minut. Chory udaje się do miejscowości, gdzie znajduje się maszyna i aplikują mu massaż według przepisanej recepty. Czy jednakże skuteczność takowego jest rzeczywistą, czy rezultat zamierzony zostaje w ten sposób osiągniętym, pozwalamy sobie powątpiewać.

Co prawda, massaż wykonywany ręką lekarza, zajmuje bardzo wiele czasu i absorbuje dużo sił lekarzowi. rzecz więc naturalna, że jest dla tego ostatniego bardzo utrudzającym a dla chorego dro-

gim i skutkiem tego korzystać z massażu mogą jedynie ludzie zamożni; lecz z drugiej znowu strony poddać się działaniu maszyny nawet najdokładniejszej, której jedno zbyt silne naciśnienie lub uderzenie może rozerwać arteryą lub złamać kość i sprawić kalectwo lub śmierć nawet, to kuracya trochę za ryzykowna. Nie mieliśmy okazyi przyjrzeć się zbliska owym maszynom massującym, również nie wiemy o rezultach, jakie ich działanie na chory organizm dotąd wywarło, lecz że kuracya tego rodzaju jest ryzykowną, nie podlega wątpliwości. Wątpimy, czy sumienny lekarz, dbający o zdrowie swego pacyenta, zdecydowałby się na poddanie go massowaniu za pośrednictwem siły pary. O ile wiemy, pierwszorzędne powagi jak Metzger, Reibmayer, Zabłudowski i inni wykonywają massaż jedynie rękami uciekając się co najwyżej do opisanych przez nas instrumentów.

Wybierając między dwojgiem złego, t. j. między niezręcznym masserem a najdokładniejszą maszyną parową, wybralibyśmy pierwszego.

Maszyny do massowania ludzi, to spekulacya i... nic więcej.

Znaczenie lecznicze massażu.

Widzieliśmy wyżej, mówiąc o efekcie, jaki sprawia massaż na tkankach organizmu, że jest on wsta-

nie podwyższyć wszystkie funkcye, zarówno roślinne jak i zwierzęce, że krążenie krwi, oddychanie, trawienie, jak również żywotność muskulatury i unerwienia, pod jego działaniem wzrastają w energii i dokładności; otóż należy się teraz zastanowić, czy w organach i tkankach chorych za pomocą massowania można przywrócić równowagę, czy można za pomocą massażu usunąć chorobę, powrócić pacyentowi zdrowie? Naturalnie dopiąć tego celu można umiejętnem stosowaniem tego środka t. j. we właściwych cierpieniach odpowiedniemi manipulacyami, raz bowiem wypada działać na skórę, kiedyindziej znowu na mięśnie, jeszcze w innych cierpieniach na naczynia krwionośne i wreszcie na nerwy. Lekarze od dawien dawna posługiwali się w medycynie nacieraniami skóry, naciąganiami nerwów i t. p. dziś leczenie za pomocą tych sposobów dorosło do odzielnej, nadzwyczaj potężnej metody, która bezwątpienia z każdym dniem rozwijać się będzie.

Nie podobna zaprzeczyć, że w pewnych cierpieniach massaż nie wywiera pożądanego skutku. Dzieje się to raz dla tego, że choroba może być nieuleczalną, (a czyż z innemi środkami nie dzieje się to samo?) z drugiej zaś, że niewłaściwie został zastosowanym.

Niepodobna go bowiem uważać za panaceum, skuteczne przeciwko wszystkim cierpieniom. Podobnie, jak ze stosowaniem licznych środków lekarskich, kierujemy się pewnemi określonemi wskazaniami i przeciwwskazaniami, podobnie postępować należy ze stosowaniem massażu. Tak jak przy podawaniu np: do wewnątrz żelaza, które ma własność tworzenia krwi, a które przepisuje się przy małokrwistości, nie

podamy go, choćby owa małokrwistość była w najwyższym stopniu rozwiniętą, jeżeli mamy jednocześnie wadę serca; tak samo np: nie można wykonywać massażu na nodze, która obrzękła (wodna puchlina) skutkiem choroby organicznej: serca, płuc, wątroby. Gdyby kto i rok cały wykonywał massaż na kończynie, która sparaliżowaną została skutkiem przecięcia nerwów ruchowych, nie wywoła w niej ruchów.

Określić, gdzie i jak należy massaż wykonywać, może tylko lekarz.

Zastosowanie massażu zarówno w medycynie wewnętrznej, jak również w chirurgii, akuszeryi i t. d. jest bardzo obszernem.

Estradère, który przez cały szereg lat zajmował się specyalnie leczeniem massażem stosuje go, według własnego doświadczenia i opierając się na obserwacyach wielu uczonych w następujących cierpieniach organów:

1) Krążenia (serca, arteryi, żył i naczyń limfatycznych).
2) Organów oddychania (płuc, krtani, tchawicy i skóry).
3) Organów ruchu (mięśni, ścięgien, kości, stawów, więzów i t. p.).
4) Organów trawienia (żołądka, przełyku, i kiszek).
5) Organów wydzielających (wątroby, nerek i t. p.).
6) Systematu nerwowego (osłabieniach nerwowych, newralgiach, paraliżach i t. p.).
7) Organów moczo-płciowych i wreszcie

8) W chorobach konstytucyonalnych, zatruciach i t. p.

Z pośród tej klasyfikacyi można wybrać bardzo wiele cierpień, które massażem mogą być wyleczone, lub przynajmniej znakomicie osłabione.

Zanim przystąpimy do szczegółowego opisania, w jakich chorobach i w jaki sposób aplikuje się massaż, wypada raz jeszcze przypomnieć sobie, że za jego pośrednictwem jesteśmy w stanie zmusić mięśnie do kurczenia się, w naczyniach krwionośnych i limfatycznych pobudzić szybszą cyrkulacyą, w nerwach wpłynąć na zmianę układu molekularnego i krążenie strumieni elektrycznych, i prócz tego produkty zapalenia, wysięki surowicze, ropne i t. p. zmusić do szybszego wessania się w krew a także zmniejszyć przypływ i zwiększyć odpływ tej ostatniej.

Rozumie się, że nie będziemy opisywali wszystkich chorób, mogących być leczonemi massażem, przyjrzymy się tylko niektórym z nich i to tym mianowicie, w których skuteczność tego środka została stwierdzoną na obserwacyach naukowych.

Rozpoczniemy od systemu mięśniowego, jako od najczęściej podlegającego leczeniu massażem.

Zastosowanie massażu w chorobach.

Najczęstszem cierpieniem, jakie usuwać przychodzi za pomocą massażu, jest:

Reumatyzm mięśniowy. Objawia się on ciągłym lub też chwilowo tylko szarpiącym lub świdrującym bólem, rozprzestrzeniającym się na jeden mięsień, na pewną grupę mięśni lub na większą część ciała.

Bywają wypadki, w których dotknięte są prawie wszystkie mięśnie cierpieniem reumatycznem. Skutkiem bólu zostaje kurczliwość mięśniowa zupełnie zniesioną, tak, że chorzy nie są w stanie poruszać dotkniętemi częściami, bez przyczynienia sobie bolesnych cierpień. Skóra pozostaje niezmienioną, a tylko spostrzegać się daje w niektórych miejscowościach obrzmienie, chociaż i ono nie zawsze towarzyszy reumatyzmowi mięśniowemu. Nacisk zwykle ból zwiększa, lecz czasami wpływa na jego zmniejszenie się. Prócz tego powstaje w mięśniach pewnego rodzaju sztywność, co również źle oddziaływa na ich kurczliwość. Bardzo często towarzyszy mu gorączka, i to dosyć znaczna, lub też przebieg jest chronicznym i wtedy gorączki nie ma.

Najczęściej w reumatyzmie mięśniowym stosujemy gładzenie i ugniatanie. Więc chorą część ciała zwilża się oliwą lub wazeliną i robi się pociągania dośrodkowe t. j. do serca, jak to widzieliśmy na fig. 1. Z początku należy wykonywać je bardzo delikatnie, stopniowo zaś można siłę powiększać i wkrótce stosować ugniatanie, jak to przedstawiono wyżej na figurach 8, 9, 10. Z początku chorzy niecierpliwią się bardzo, lecz w niedługim czasie, już po kilku razach, znoszą massowanie doskonale, doznając wielkiej ulgi w cierpieniu, proszą nawet o stosowanie takowego. W późniejszych nieco okresach cierpienia można wykonywać z korzyścią uderzania czyli rąbania (fig 12).

Dawniejszy system leczenia, przy którym chore członki owijano w watę i pakuły i choremu zabraniano najmniejszych poruszeń, prócz tego podawano mu obficie rozmaitego rodzaju leki, zastąpionym dziś został przez massaż.

Doświadczenie wykazało, że gdy przy dawniejszej metodzie chorzy zmnszeni byli pozostawać całe doby, a czasami i tygodnie w pościeli, za pośrednictwem massażu nawet ciężkie cierpienia reumatyczne usuwać można po 2 lub 3 posiedzeniach. A takie np., jak torticolis, bóle w krzyżu, w kończynach, ubezwładniające chorych w ich czynnościach, usuwać się dają po jednem posiedzeniu prawie w zupełności.

Cierpienia reumatyczne powstają najczęściej z przeziębienia, skutkiem którego pewien płyn, znajdujący się w mięśniach, krzepnie i nie może być prędko wessanym. Otóż spokojne zachowywanie się, lekkie podniesienie temperatury w mięśniach za pomocą obwijań, albo wcale albo tylko w nieznacznym stopniu przyspieszają resorbcyą owej chorobliwie zmienionej substancyi. Tymczasem jeżeli za pośrednictwem massażu podniesiemy znacznie temperaturę mięśnia, wpłyniemy na rozszerzenie się naczyń krwionośnych i szybsze krążenie krwi, resorbcya odbywa się bardzo prędko, natychmiastowo prawie i dotknięte cierpieniem mięśnie odzyskują swą właściwą funkcyą.

Rezultaty są rzeczywiście zadziwiające. Z własnego doświadczenia mogę zapewnić, że niejednokrotnie udawało mi się po jednorazowem massowaniu powracać chorym zupełną władzę w mięśniach szyi, karku lub kończyn. W takich razach potrzeba tylko

trochę cierpliwości ze strony pacyenta i wytrwałości ze strony lekarza.

Reumatyzm zastarzały wymaga znacznie dłuższego leczenia, lecz i tu massaż bywa stosowanym z pomyślnym rezultatem. I tu podobnież uciekać się przychodzi do nacierania, ugniatania, lecz głównie do uderzania (tapotement). Udaje się w ten sposób usuwać nawet zastarzałą sztywność w członkach, która najczęściej rozwija się skutkiem często powtarzającego się reumatyzmu ostrego, a niedokładnie wyleczonego, lub też przy cierpieniach serca. W tym ostatnim razie przy wczesnem rozpoczęciu massowania można oddać choremu bardzo wiele korzyści.

Co do renmatyzmu stawowego, przy którym zazwyczaj powstaje obrzmienie w stawach, obrzmienia, nie pozwalające chorym wykonać najmniejszego poruszenia bez dokuczliwych bólów, za pomocą gładzenia uciskania można chorobę znakomicie skrócić. Jest jedna forma, tak zwane *zapalenie stawów chroniczne, zniepodobniające* (Arthritis deformans vel nodosa), wywołująca zmiany nietylko w częściach miękkich, lecz i w kościach, przy którem massowaniem żadnych dodatnich rezultatów osiągnąć nie można.

Wielce korzystnem przy leczeniu reumatyzmu. zarówno ostrego jak i chronicznego, jest wykonywanie tak nazwanych ruchów biernych, o których nie omieszkamy powiedzieć kilka słów poniżej.

Z cierpień systematu mięśniowego, w których massażem można chorym wielką sprawić korzyść, na drugiem miejscu postawić należy tak nazwany:

Zanik postępowy mięśni. Massaż w tem cierpieniu jest potężnym, można powiedzieć, jedynym środ-

kiem, tak że z żadnym innym porównać go nie można U ludzi między 30 a 50 rokiem życia, będących zkąd inąd w pożądanym stanie zdrowia, poczynają mięśnie chudnąć, zanikać. Dzieje się to albo skutkiem przebyłych ciężkich chorób, daleko częściej jednakże skutkiem za dobrego życia. Wiadomo, że mięśnie składają się z włókienek, otóż wielkość takowych zaczyna stopniowo się zmniejszać, skutkiem czego i objętość całego mięśnia z czasem się zmniejsza, a co najważniejsza, że jednocześnie tacy ludzie tracą siłę muskularną i stają się niezdolnymi do pracy. Podobny zanik mięśni bywa dwojakiego rodzaju, albo włókna mięśniowe zanikają zupełnie, albo tylko częściowo tracą na objętości. W pierwszym razie powetować straty całkowicie niepodobna, lecz przez massowanie można skutkiem wpływu na rozwój jeszcze niezanikłych, powstrzymać z jednej strony zanikanie a z drugiej skompensować utraconą skutkiem zaniku włókien siłę. W drugim złe może być najzupełniej usuniętem, t. j. włókna mięśniowe skutkiem ugniatania i uderzania mogą wrócić do pierwotnej wielkości, a nawet ją przewyższyć, skutkiem czego i siła mięśniowa jeszcze wzrasta.

Zwykle zanik poczyna się od palców, następnie przechodzi na przedramię, ramię i t. d. Towarzyszą przy tem zwykle bóle.

Choroba rozwija się bardzo powoli i staje się dla życia tylko wówczas niebezpieczną, gdy rozciąga się na mięśnie twarzy, gardzieli i na mięśnie czynne w akcie oddychania.

Najczęstszą przyczyną jest stłuszczenie włókien mięśniowych, przyczem muskuły tracą charakterysty-

czną czerwowość, stają się żółtawemi i galaretowatemi.

Indywidua, dotknięte tem cierpieniem, powinny bardzo wcześnie uciec się do massowania, gdyż tym jedynie sposobem mogą zachować tkankę mięśniową od zagłady. Massaż powinien być wykonywanym bardzo silnie i bardzo długo, przez przeciąg kilku miesięcy, prócz tego wykonywać należy ruchy bierne i czynne, a także wspomagać to leczenie odpowiednią dyetą, nie dopuszczającą wytwarzania się tłuszczu.

Podobnież *Martwa kość* [1] (*ganglion*) może być za pomocą massażu w zupełności usuniętą.

Jest to narośl elastyczna, dochodząca wielkości grochu lub nawet orzecha laskowego, tworząca się w bliskości stawów i na ścięgnach, najczęściej na palcach lub dłoni. Zazwyczaj jest zupełnie bezbolesną, tylko gdy dorośnie do znaczniejszych rozmiarów, tamuje ruchy w stawach i wtedy sprawia ból przy nich. Składa się z elastycznej torebki, wypełnionej przezroczystym, surowiczym płynem, lub też massą ziarnistą. Skutkiem ugniatania torebka pęka, zawartość wydostaje się między tkanki, a skutkiem rozprowadzenia jej przez głaskanie i nacieranie na większą przestrzeń, zostaje szybko wessaną.

Już powyżej mówiąc o reumatyzmie stawowym wspomnieliśmy, że takowy na drodze massażu może być wyleczonym, podobnież i inne cierpienia stawowe, bardzo trudne do wyleczenia, wymagające pozostawania w łóżku przez całe tygodnie a niekiedy

---

[1] Słownik terminologii lekarskiej polskiej.

i miesiące, a wyniszczające skutkiem tego cały organizm, znajdują dzięki massażowi bardzo rychłą poprawę.

Zapalenie stawu biodrowego wydarza się najczęściej w wieku dziecięcym lub młodocianym. Dziecko bez żadnego powodu zaczyna nóżkę powłóczyć i utykać. Punktem wyjścia dla tego cierpienia może być albo główka kości udowej, albo panewka w miednicy, albo też więzy, otaczające ten staw. Z początku chorzy nie doznają żadnego bólu, lecz z czasem, gdy rozwinie się ropienie, bóle stają się, szczególniej w stawie kolanowym, bardzo dokuczliwemi, dziecko spędza całe miesiące w łóżku a najczęściej choroba kończy się ogólnem wycieńczeniem lub zakażeniem ropnem krwi i śmiercią. W razie pomyślnego zejścia powstają zrosty kości i sztywność w większym lub mniejszym stopniu. W cierpieniu tem o tyle tylko można massażem przynieść korzyść, że po szczęśliwem ukończeniu się choroby za jego pośrednictwem przywraca się siłę mięśniom osłabionym i skutkiem długotrwającej nieczynności do pewnego stopnia zanikłym. Massowanie stawu w czasie ropienia może tylko szkodliwie oddziałać, gdyż można wprowadzić ropę do krwi i spowodować zakażenie. W ogólności z powodu silnie rozwiniętej muskulatury około tego stawu, podziałać na niego massażem jest bardzo trudno.

To, cośmy powiedzieli o stawie biodrowym, można w zupełności zastosować i do innych stawów na kończynie dolnej i górnej, t. j. że dopóki staw jest otwartym, dopóki odbywa się w nim proces ropienia, massażem tylko można zaszkodzić. Są jednakże cier-

pienia stawowe, w których massaż staje się potężnym środkiem leczniczym.

Skutkiem powoli przebiegającego zapalenia więzów lub torebki stawowej, a spowodowanych najczęściej traumatycznemi obrażeniami, powtarzającemi się peryodycznie, zbiera się w około stawu lub też wewnątrz terebki stawowej płyn snrowiczy.

Jest to tak nazwane *zapalenie torebki maziowej* (synovitis). Z początku choroby ból jest bardzo nieznacznym, powstaje chyba tylko po większem zmęczeniu członka, jeżeli na nodze, skutkiem dłuższego chodzenia, jeżeli zaś na ręce to wskutek fizycznej długo trwałej pracy. Po pewnym jednakże przeciągu czasu staw zaczyna powiększać się w objętości, fałdy naturalne poczynają znikać i chory członek staje się niezdatnym do wypełniania swej funkcyi. Jeżeli zapalenie rozwinęło się na stawie kończyny dolnej, chory zaczyna utykać, następnie kuleje na nogę, a wreszcie zmuszonym jest położyć się do łóżka. Jeżeli zajętą jest kończyna górna, wówczas władza w ręku staje się coraz bardziej ograniczoną, chorzy się prędko przy pracy męczą i nareszcie przychodzi uciec się do temblaka.

Otóż w tem cierpieniu można za pomocą massażu w krótkim czasie otrzymać świetne rezultaty. Pod jego działaniem, które jednakże winno być bardzo ostrożnie prowadzonem, (najczęściej ograniczyć się przychodzi na jednem głaskaniu), można zmusić wysięk do zrezorbowania się.

Zdarzyło mi się niejednokrotnie w podobnem cierpieniu stawów, gdzie rozmaitego rodzaju leczenia jak: stawianie pijawek, wezykatoryi, jodynowanie

i t. p. nie przynosiły żadnej ulgi, usunąć takowe w przeciągu niedługiego czasu i to bezpowrotnie.

W ogólności przy obrażeniach wszelkiego rodzaju, przy tak nazwanych *stłuczeniach* (contusio), *skręceniach* (distorsio) nawet silnych, przy których nastąpiły obfite krwawe wylewy między tkanki, stosować można massaż z pomyślnym skutkiem, a czas leczenia, jak twierdzą powagi naukowe skróconym zostaje o trzecią część. „Gdy chory skutkiem podobnego cierpienia—powiada Reibmayer—pozostając w absolutnym spokoju przeleżeć był zmuszonym w łóżku trzy do czterech tygodni, przy pomocy massażu można mu wrócić zdrowie w przeciągu 8—10 dni. Następuje to tem prędzej, im wcześniej rozpoczęto massowanie“.

W świeżych wypadkach należy rozpoczynać bardzo ostrożnie i zlekka wykonywać dośrodkowe głaskanie. Bolesność bowiem w początkach jest znaczną i z tego względu massować przychodzi bez użycia siły większej.

Dopiero z chwilą ustąpienia gwałtownych bólów i gdy puchlina cokolwiek opadnie można nieco silniej uciskać, przyczem należy pamiętać, aby wszystkie miejsca uszkodzone równomiernie były massowane Po kilku dniach, gdy jeszcze pozostają w niektórych miejscach stwardnienia można zapomocą silnych ugniatań, zawsze dośrodkowych, zmusić je do zrezorbowania.

Niektórzy lekarze, a w ich liczbie i Metzger zalecają jednocześnie wykonywać ruchy bierne na dotkniętych stawach a na noc robić wilgotne okłady.

Podobne postępowanie i przy złamaniach kości jest bardzo korzystnem i o wiele przyśpiesza zrośnię-

cie. Naturalnie w takich wypadkach powinien chory pozostawić złamany członek w zupełnym spokoju.

Po zrośnięciu kości pozostałe osłabienie w mięśniach usuwa się bardzo prędko massażem; podobnie dodatni wpływ wywiera massaż na sztywność, jaka skutkiem długiej bezczynności rozwinęła się w kończynach.

Bardzo nieprzyjemnem i trudno dającem się wyleczyć cierpieniem są *żylaki* (varices). Są to, jak wiadomo, rozszerzenia żył, tworzące się najczęściej na dolnych kończynach. Wówczas widzimy pod skórą zgrubiałe niebieskie żyły, wystające nad powierzchnią skóry i wijące się w rozmaite strony. Istota tej choroby polega na utracie elastyczności w ściankach żył, które zawierają w sobie włókna mięśniowe, a przyczyną której jest zazwyczaj długotrwałe chodzenie lub stanie, jak to ma miejsce u żołnierzy, listonoszów, kucharek i praczek.

Wielce pomocnym środkiem w tym cierpieniu jest massaż.

Za jego to bowiem pomocą udaje się krew wypędzić z żył, skutkiem czego ścianki naczyń kurczą się i przy częstem stosowaniu odzyskują przynajmniej w części, a często i całkowicie utraconą sprężystość.

Starke za pośrednictwem gładzenia w kierunku dośrodkowym osiągał na rozszerzonych żyłach bardzo pomyślne rezultaty. Wykonywał je w następujący sposób. Ułożywszy nogę w poziomej pozycyi za pomocą gładzenia wypędzał z żył rozszerzonych krew, przy czem jednocześnie drażnieniem ścianek sprowadzał większy skurcz naczyń, następnie aby nie pozwolić na równie obfite nagromadzenie się krwi, zalecał

albo bandażowanie elastycznym bandażem lub nakładanie gummowej pończochy.

Przy leczeniu żylaków należy pamiętać o tem, że często na wewnętrznej ściance naczynia tworzą się skrzepy, że zbyt silnem massowaniem spowodować można oderwanie takiego skrzepu, który poniesiony prędem krwi stać się może przyczyną *zatoru* lub *zakrzepu* (embolia, thrombosis), powodujących śmiertelne cierpienia w takich organach, jak mózg lub płuca. Podobne wypadki są niezmierną rzadkością, wyjątkami tylko, jednakże lekarz zwrócić musi uwagę na wszelkie możliwe ewentualności i dlatego ponawiamy raz jeszcze wyżej wypowiedziane zdanie, że jedynie specyalista może zajmować się leczeniem massażem.

Powszechnie znaną jest rzeczą, że *tkanka bliznowa*, powstała po ranach, wrzodach, oparzeliznach, odmrożeniach i t. p. ściąga czasami członki do tego stopnia, że staje na przeszkodzie w swobodnem wykonywaniu niemi ruchów. Otóż taką tkankę bliznową można massowaniem uczynić znacznie podatniejszą, i tym sposobem znieść powstałe skrzywienia i przywrócić chorym swobodę ruchów, i w tych wypadkach często powtarzane gładzenie jest w zupełności wystarczającem, uciekanie się do innych sposobów massowania jest zbytecznem.

Oto w krótkich rysach sposoby massowania i ich zastosowanie w chorobach zewnętrznych, czyli chirurgicznych. Jak widzieliśmy, jest ono bardzo rozległem, w niektórych cierpieniach massaż jest jedynym środkiem leczącym radykalnie i zapobiegającym powstawaniu i rozszerzania się już powstałych cierpień. Korzyść, jaką za pomocą massażu osiągnąć

można w cierpieniach chirurgicznych, jest tak doniosłą, że dziś wszyscy lekarze nim się posługują i można na pewno twierdzić, że w krótkim czasie stanie się jednym z najpopularniejszych środków lekarskich.

Wypada teraz z kolei rzeczy przyjrzeć się, w jakich *chorobach wewnętrznych* można massażem osiągnąć uzdrowienia. Niepodobna zaprzeczyć, że skuteczność jego, z powodu trudności dostania się do źródła cierpienia, jest o wiele mniejszą, aniżeli w chorobach chirurgicznych, gdzie prawie bezpośrednio działać można na chory organ. Jak zobaczymy jednakże za pośrednictwem massażu podziałać można na niektóre organa ukryte nawet głęboko i w twardych zamkniętych przestrzeniach kostnych, działając na nie pośrednio. i że w wielu razach skutek bywa bardzo pomyślnym. Do takich zaliczamy mózg, umieszczony w czaszce.

Organ ten skutkiem zbyt silnego dopływu krwi, lub utrudnionego odpływu podlega bardzo często *przekrwieniu* (hyperaemia), co sprowadza za sobą groźne następstwa.

Zdarzają się takowe przekrwienia przy chorobach gorączkowych, w tyfusie, szkarlatynie, odrze i t. p. przy niektórych cierpieniach serca, szczególniej przy rozszerzeniu lewej komórki; skutkiem zbyt usilnej pracy umysłowej, nadużycia napojów wyskokowych, przeziębienia całego organizmu, działania wysokiej temperatury na głowę i t p.

Zazwyczaj przekrwieniu mózgu towarzyszą następujące symptomy: ból głowy, podniecenie ogólne, niepokój, zaczerwienienie skóry twarzy i nastrzyknięcie błony śluzowej oka, zwiększona wrażliwość wzroku

i słuchu, bieganie muszek przed oczami i szum w uszach, zawroty głowy, przy cięższych wypadkach halucynacye, bredzenia i konwulsye. Objawy te występują z najrozmaitszem natężeniem, od najsłabszego do bardzo silnych, i stosownie do tego przepisaną być winna odpowiednia kuracya. Niektóre przekrwienia mózgu, o ile nie są zależne od procesów zapalnych w jego błonach lub substancyi, dalej od chorób gorączkowych, mogą być za pośrednictwem massażu usunięte. Już poprzednio mówiąc o massażu, jaki wykonywa się na szyi, a który przedstawiliśmy na fig. 14, 15 i 16, zaznaczyliśmy, że skutkiem powierzchownego (t. j. tuż pod skórą) położenia na niej grubych naczyń krwionośnych nadaje się ona doskonale do massowania. Otóż te naczynia krwionośne doprowadzają lub też odprowadzają krew od głowy i skutkiem tego łatwo jest za pośrednictwem massażu szyi odciągnąć zbytnio nagromadzoną krew w mózgu. Działa on podobnie, jak odciąganie krwi za pośrednictwem baniek, pijawek lub puszczania jej z ramienia, a ma prócz tego tę wyższość, że:

nie jest połączony z bólem, jaki sprawia stawianie ciętych baniek,

pijawki sprawiają u wielu chorych wstręt, a prócz tego, gdy są nieczyste, stają się powodem ran trudno gojących się (bywały nawet wypadki zakażenia krwi); nie zawsze ma się pod ręką bańki i pijawki, gdy do massażu potrzeba tylko ręki; i wreszcie, nie odejmuje z ogólnej massy ani kropli krwi, tylko chwilowo zmniejsza przypływ do jednego organu.

Widzimy tedy, jaką doniosłość ma massaż przy przekrwieniu mózgu, a w porę zastosowany, może zapobiedz ciężkiej chorobie, lub nawet życie człowiekowi uratować. Naturalnie w chorobach, w których częste kongestye do mózgu wywołały już zmiany w substancyi lub jego oponach, massaż nie tylko nie jest w stanie przynieść korzyści, lecz przeciwnie może być wprost szkodliwym.

Dr. Karol Neumann utrzymuje, że w wypadkach *porażenia słonecznego* można massażem, jeżeli go się natychmiast wykona, ocalić chorego od zapalenia opon mózgowych a tem samem od śmierci. Sposoby massowania szyi podaliśmy wraz z rysunkami wyżej, tu jeszcze nadmienić wypada, że w wypadkach silniejszego przekrwienia mózgu, chory sam na sobie massowania wykonywać nie może i nie powinien, lecz uskutecznić go winna, o ile można jak najprędzej, osoba druga, a najwłaściwiej lekarz.

Przy *małokrwistości* (anaemia) *mózgu* mamy prawie zupełnie podobne symptomy, jak to widzieliśmy przy przekrwieniu, podobny ból, zawroty, szum w uszach, przychodzi prócz tego do zemgleń i t. p. Z tego widzimy, jak ostrożnym należy być w podobnych wypadkach, wykonanie bowiem massażu w czasie małokrwistości mózgu może się stać dla chorego zabójczem. W pierwszej chwili stan podobny wymaga zupełnie innego leczenia, o którem nie tu miejsce pisać, wzmiankujemy tylko, że nacierania i głaskania całej skóry, wpływając dodatnio na funkcyą serca, t. j. przyśpieszając jego czynność są w stanie sprawić to, że i do mózgu dopływ krwi zotanie zwiększonym. Jeżeli stan małokrwistości mózgu

powtarza się często, wtedy systematycznie massowanie całej skóry wpływa bardzo dodatnio.

Znanemi są powszechnie *stany asfiktyczne*, czyli pozornej śmierci, w jakiej *noworodki* przychodzą na świat. Z pomiędzy licznych środków, jakie w tych razach zalecano, najwłaściwiej jest pobudzać nerwy skóry, a za pomocą odruchów wywołać oddychanie i krążenie krwi.

Cazeaux radzi suche nacierania ręką, szczotką lub flanelą, nacierania spirytusem lub wodą kolońską, Moreau zaś zaleca bardzo racyonalnie uderzania dłonią na plecach i pośladkach. Jeżeli zastanowimy się nad temi manipulacyami, powiada Estradère, pomimowoli przychodzi na myśl, że już naówczas wykonywano, massaż w celu pobudzenia nowonarodzonych do życia.

Wypada teraz przyjrzeć się, jakie działanie wywrzeć można na organa oddychania i trawienia za pośrednictwem massażu. Wewnętrzna powierzchnia tych organów wysłana jest błoną śluzową, której budowa jest bardzo podobną do tej, jaką widzimy w jamie ustnej. Otóż błona ta opatrzona wielką ilością naczyń krwionośnych i gruczołów, wydzielających śluz i inne soki, a także zaopatrzona w niektórych miejscacn w przyrządy wsysające, ma za zadanie w organach oddychania oczyszczać powietrze z niepotrzebnych przymieszek i wchłaniać w krew tlen, gaz niezbędny do życia, w organach zaś trawienia wydzielać sok do trawienia pokarmom niezbędny i cząsteczki pożywne wchłaniać w krew. Najczęstszą przyczyną chorób tych organów jest *katar* ich błony śluzowej, który może być ostrym i chronicznym. Przyczynami

jego bywają najczęściej zaziębienia i spożywanie nieświeżych potraw i napoi, lub w zbyt wielkiej ilości.

Za typ, naturalnie z wyjątkami, uważanym być może *katar nosa,* ktory bardzo często przytrafia się u młodych ludzi i to przeważnie skutkiem zaziębienia, przeciągów, spania w pokojach świeżo szorowanych lub w nowych domach, zmiany odzienia ciepłego na znacznie lżejsze, wdychania rozdrażniających błonę śluzową nosa par lub gazów i t. p. Wtedy błona śluzowa jest zaczerwienioną od przepełnienia naczyń krwionośnych zbyt wielką ilością krwi, jest obrzmiałą a wydzielanie z niej śluzu jest bardzo obfite, w którym także pojawiają się komórki ropne, a który sprawia na skórze nadżarcia. Taki ostry katar nosa rozpoczyna się zwykle niedomaganiem ogólnem, jako to: chorzy doznają lekkich dreszczyków, kończyny są chłodne, skóra pokrywa się lepkim potem, osłabienia we wszystkich członkach, wkrótce występuje ból głowy bardzo dotkliwy. Wszystkie to objawy zwykle ustępują z pojawieniem się wydzieliny, chorzy kichają i utracają zmysł powonienia prawie zupełnie. Zazwyczaj cierpienie to trwa 3 do 7 niekiedy i więcej dni i przechodzi bez pozostawienia śladów.

Jeżeli jednakże przyczyna wywołująca katar powtarza się często, wtedy katar przechodzi w *chroniczny.* Jest to cierpienie bardzo nieprzyjemne z tego względu, że stopniowo rozprzestrzenia się i na inne organa, jako to na gardziel, tchawicę, trąbę Eustachiusza w przewodzie słuchowym i t. d.

Jakkolwiek katar nosa nie doznaje żadnej ulgi w massażu, opisaliśmy go tu dla tego nieco obszernej,

że wszystkie kataralne procesy są do niego mniej lub więcej podobne.

Niektórzy autorowie zalecają wykonywać przeciwko katarowi nosa massaż głowy, lecz jako środek bardzo problematyczny pominiemy go w zupełności. Radykalnego środka na katar nie posiadamy, większość jednakże chorych potrafi sobie domowemi środkami ulgę sprowadzić. Podobnie i nad massowaniem nóg w katarze nosa jako nad środkiem bardzo niepewnym nie będziemy się bliżej zastanawiali.

W ogólności przyznać wypada, że *w chorobach dróg oddechowych* massaż jest środkiem bardzo niepewnym. Można jednakże o tyle wpłynąć nim na przyśpieszenie wyleczenia, o ile choroby płucne pozostają w związku z zaburzeniami funkcyi skóry. Znaną jest powszechnie rzeczą, że skóra jest organem pośredniczącym w wymianie gazów, że wrazie powstrzymania lub zmniejszenia takowej organa oddychania wykonywać muszą podwójną pracę. Podobnież przy cierpieniach płuc skóra wyręcza je, odbywając daleko szybszą wymianę gazów.

Otóż wychodząc z tej zasady można w niektórych cierpieniach płuc, podwyższając działalność skóry, przyśpieszyć ich wyleczenie. Najistotniejszym i naturalnym środkiem jest, bezwątpienia, czyste utrzymanie skóry, który to cel najlepiej osiąganym bywa za pomocą kąpieli. Nie we wszystkich jednakże cierpieniach płucnych można chorych kąpać i w takich to razach przychodzi wpływać na skórę za pośrednictwem massażu.

Przedewszystkiem tedy uciekać się należy do tego środka *w chronicznem zapaleniu oskrzeli.* Ro-

biąc codziennie massaż (gładzenia skóry) sprawia się, że wydzielina z oskrzeli staje się mniejszą i kaszel również bywa mniej męczącym. Podobnież w tak nazwanym *katarze płucnym*, rozciągającym się na pęcherzyki płucne, nacierania skóry suchą flanelą, oddają wielką korzysć cierpiącym, skutkiem podwyższenia działalności skóry, płuca bowiem wówczas mogą przynajmniej częściowo wypocząć.

Nawet w *ostrem zapaleniu płuc* tego rodzaju massowania skóry, raz skutkiem odciągnięcia za ich pośrednictwem krwi do skóry, a dalej przez zwiększenie jej funkcyi wpływają dodatnio na przebieg choroby.

W suchotach płucnych nacierania skóry praktykowane były od najdawniejszych czasów.

Niedawno tyle chwalony środek: wcieranie mydła szarego w krzyż, jeżeli przynosił ulgę chorym, to wypada przypisać takową massażowi.

Daleko obszerniejsze zastosowanie massażu widzimy w *chorobach przewodu pokarmowego.* Wynika to raz z anatomicznego położenia, które czyni organa trawienia przystępniejszemi z zewnątrz dla ręki lekarza, a potem skutkiem samej funkcyi, jaka się odbywa w tych organach. Większa część organów przewodu pokarmowego nie jest osłoniętą szkieletem, jak to ma miejsce z organami oddychania; znajdują się one tuż pod skórą i massażem można bezpośrednio na nie działać, można pobudzić w nich wydzielanie soków, powiększyć siłę rezorbcyjną i mechanicznie wpłynąć na posuwanie się nieczystości.

Nie przeceniając bynajmniej massażu, nie ujmując skuteczności innym bardzo potężnym środkom le-

czniczym zarówno wewnętrznym, jak i zewnętrznym, że tylko wspomniemy n. p. wodę karlsbadzką i klysopompę,—przyznać potrzeba, że on w wielu wypadkach działał skutecznie, tam nawet, gdzie żadnemi innemi środkami nie udawało się przynieść chorym ulgi.

Przedewszystkiem przyjrzyjmy się pobieżnie ważniejszym cierpieniom przewodu pokarmowego, następnie zobaczymy, na czem zasadza się skuteczność massażu w tychże.

Jednem z najpowszechniejszych cierpień *żołądka* jest *katar błony śluzowej* tego organu, manifestujący się odbijaniem, zgagą, wstrętem do jadła, szczególniej zaś do mięsnych pokarmów, wymiotami, zaparciem stolca i gorączką w większym lub mniejszym stopniu. Najczęstszą przyczyną tego patologicznego stanu są grzechy w dyecie, bądź to jakościowe bądź ilościowe.

Chroniczny katar żołądka przebiega zazwyczaj bez gorączki, objawy są podobne, jak przy ostrym, lecz w mniejszem natężeniu, za to chorzy skutkiem tego cierpienia mizernieją w znacznym stopniu, stają się hypokondrykami. Zazwyczaj stałemi objawami są raz zaparcia stolca długotrwające, to znów rozwolnienia.

Kataralne zapalenia błony śluzowej kiszek bywają również *ostre i chroniczne*. Zazwyczaj porażoną bywa tylko pewna część kanału, i zależnie od tego, która mianowicie część porażoną została, mamy rozmaite objawy. Jeżeli umiejscowia się w grubych kiszkach, wtedy zwykle towarzyszy mu bardzo znaczna biegunka, bóle bardzo silne, tak nazwane kolki kiszkowe. Jeżeli zaś kataralny stan jest w kiszkach cienkich, to prawie zawsze i żołądek zostaje porażonym i wte-

dy mamy prócz opisanych jeszcze symptomata podobne do tych, jakie widzieliśmy przy ostrym katarze żołądka t. j. odbijania, wymioty, wielkie pragnienie i gorączkę, prócz tego bardzo ciężkie zaparcia stolca.

Przy chronicznym katarze kiszek, głównym symptomatem jest nieregularność stolcowa, raz długotrwające rozwolnienie, kiedyindziej znowu bardzo uporczywe zaparcia stolca.

Otóż co do massażu, w ostrych stanach, szczególniej takich, którym towarzyszy ból, a który przy najlżejszym ucisku jeszcze znacznie się wzmaga, to o takowym naturalnie i mowy być nie może. Zbyt wielką ilość nagromadzonej krwi w błonie śluzowej żołądka i kiszek można doskonale odciągnąć za pośrednictwem baniek ciętych, zaś ekskrementom ułatwiać wydzielanie się za pomocą obojętnych środków przeczyszczających, niedrażniących zbytnio błony śluzowej, a do których przedewszystkiem zalicza się olejek rycinowy. Co' najwyżej można wykonywać na skórze brzucha bardzo lekkie głaskania, które niekiedy wpływają dodatnio za zmniejszenie bólów. Doskonałym środkiem są ciepłe okłady.

W chronicznych zato cierpieniach, mających swą podstawę najczęściej w zmienionym soku żołądkowym i kiszkowym, zarówno pod względem jakościowym jak i ilościowym, można massażem osiągać świetne rezultaty.

Już wyżej, mówiąc o massowaniu brzucha, wykazaliśmy, w jaki sposób ono się odbywać powinno, zamieściwszy odpowiednie figury 19, 20 i 21. W tem miejscu pragnęlibyśmy jeszcze uzupełnić nasz opis niektóremi szczegółami.

Przy pewnych stanach chorobnych, zwanych *niestrawnością* (dyspepsia), a zależnych bądź to od zbyt małej ilości wydzielającego się soku żołądkowego, lub też skutkiem niedostatecznej kurczliwości jego ścianek (atonia), skutkiem której rozdrobnienie pokarmów i rozpuszczenie ich w soku żołądkowym, zostają zmniejszone za pomocą ugniatania, a jeszcze lepiej uderzania w okolicy żołądkowej t. j. pod lewe podżebrze, można z jednej strony pobudzić sok do obfitszego wydzielania się, a z drugiej zwiększyć kurczliwość ścianek żołądka. Wiedzą o tem doskonale pasibrzuchy i w ten sposób pomagają sobie w trawieniu. Otóż w powyższych stauach chorobliwych można trawienie uczynić energiczniejszem za pomocą massowania.

Massaż aplikowany chorym na dyspepsyą i na atonią żołądkową przed jedzeniem sprawia, że chorzy mogą przyjąć daleko więcej pokarmów, lepiej je trawią i assymilują.

Po najedzeniu bardzo często wytwarzają się w żołądku, a głównie w kiszkach, wielkie ilości gazów, które chorym sprawiają bóle (colica flatulenta) i zarazem źle wpływają na proces trawienia.

Za pomocą równomiernych i niezbyt silnych uderzeń po skórze brzucha, można przyśpieszyć wydzielenie się tych zbytnio nagromadzonych gazów.

Najpożyteczniejszym jednakże środkiem jest massaż w *zaparciach stolca*, jakie spotykamy prawie zawsze w chronicznym katarze kiszek. Mógłby ktoś powiedzieć: wszak posiadamy tyle środków przeczyszczających, działających pewnie, po cóż używać tak długotrwałej i męczącej manipulacyi, jak massaż, czyż nie

można tego samego rezultatu w nierównie krótszym czasie osiągnąć za pomocą oleju rycinowego, soli glauberskiej, rumbarbarum aloesu a wreszcie klysopompy?

Bezwątpienia są to środki, które w wielu razach są bardzo pomocne, lecz używane przez czas dłuższy albo tracą siłę działającą, gdyż żołądek i kiszki przyzwyczają się do nich, albo stają się szkodliwemi. Co zaś do klysopompy, to ona nie wywiera wpływu szkodliwego, lecz jest w stanie usunąć tylko nieczystości nagromadzone w dolnym odcinku kiszek, z kiszki prostej. Tymczasem massaż posiada tę doniosłość, że nie drażni ścianek kiszek, przyzwyczaić do niego się nie można, a co najważniejsza, że wykonywany umiejętnie, według zasad, jakie wyżej podaliśmy, przywraca kiszkom utraconą działalność tak, że po pewnym czasie massowania kiszki są w możności wydalać gromadzące się w nich nieczystości.

Poprawa może być długotrwałą lub nawet stałą, gdy przy braniu środków przeczyszczających, należy dozę niemal z każdym dniem powiększać, co chorym zwykle psuje apetyt, a nareszcie przyzwyczajają się do tego stopnia, że bez wielkich dawek środków przeczyszczających po kilka dni nie miewają stolców. Używający klysopompy doznają podobnego rezultatu. Widzimy tedy, że najistotniejszym środkiem w uporczywych zatwardzeniach jest massowanie brzucha, a jeszcze w połączeniu z hydropatyą i odpowiednią dyetą sprawić może daleko potężniejszy wpływ, aniżeli wszystkie środki apteczne i kuracye mineralnemi wodami.

Przy skręceniach kiszek (volvulus), chorobie, na

którą wszelkie środki wewnątrz przyjmowane nie wywierają żadnego wpływu, owszem, rzec można, jeszcze pogorszają i tak nieprzyjemny bardzo i niebezpieczny stan, według Estradèra, można massażem dopiąć wyleczenia.

Istota tej choroby polega na tem, że pętla kiszkowa wciska się w obok leżącą i zamyka jej światło w wysokim stopniu lub w zupełności, tak, że zawartość kiszkowa nie może się posuwać naprzód, kiszki wyżej leżące rozdymają się do kolosalnych rozmiarów i chorzy, bądź to skutkiem wycieńczenia, bądź też skutkiem zapalenia otrzewnej, umierają w strasznych męczarniach. Jest to choroba, znana powszechnie pod nazwą *mizerery*. Już w starej chirurgii zarówno w przepuklinach, jak i skręceniu kiszek posługiwano się tak nazwanem odprowadzeniem (taxis), które według opisu tak znakomitych chirurgów jak Gosslin, Vidal, Nélaton poczytywać można za pewien rodzaj massażu, który wykonywa się w tym rodzaju, jak to widzieliśmy przy opisie rozgniatania martwej kości (ganglion). Rezultaty dotąd nie były najświetniejsze, można jednakże rękoczynowi temu wróżyć wielką przyszłość, a warto nad nim popracować, gdyż operacya krwawa w tych cierpieniach jest bardzo niebezpieczną i najczęściej kończy się śmiercią.

Stara metoda, znana pod nazwą odprowadzenia *szyszek hemorojdalnych* może być również uważaną za pewien rodzaj massażu.

W wypadkach, w których one wyszły na zewnątrz, co chorym sprawia w otworze stolcowym pieczenie i przy stolcowaniu wielki ból, wywierając na

szyszki uciskanie palcem lub kilkoma palcami można je po pewnym przeciągu czasu zmniejszyć i nareszcie wprowadzić do wnętrza kiszki.

Wątroba, największy gruczoł w ustroju człowieka, którego zadaniem jest dostarczać przewodowi pokarmowemu żółci, niezbędnej do trawienia tłuszczy, podlega bardzo często *przekrwieniu*, które raz bywa charakteru kongestyjnego t. j. zbyt wiele przypływa krwi arteryalnej, kiedy indziej znów skutkiem utrudnionego odpływu krwi żylnej przekrwienie jest charakteru zastojowego.

Przyczyny tych stanów bywają najrozmaitsze. Raz skutkiem nadmiaru w jedzeniu i piciu, drugi raz skutkich chorób serca i płuc a czasami wpływy klimatyczne powodują to cierpienie. Często powtarzające się przekrwienia i w tym organie sprowadzają zmiany patologiczne, które na cały organizm szkodliwie oddziaływają. Symptomami tej choroby są: pełność w prawem podżebrzu, bolesność przy uciskaniu i powiększenie wątroby, które można wyśledzić za pośrednictwem macania i opukiwania.

Dr. Neumann w swem dziełku „Massaż" zapewnia, że za pośrednictwem umiarkowanie i regularnie wykonywanego głaskania w okolicy wątrobowej, na przemian z wilgotnemi nacieraniami całego brzucha osiąga się cudowne rezultaty w leczeniu tego cierpienia.

Mówiąc o stosowaniu massażu w ogólności wykazaliśmy jego działania na *systen nerwowy*, tu jeszcze nadmienić wypada, że na zmienione nerwy skutkiem patologicznych stanów, a które najczęściej następują z powodu przekrwienia takowych. za pomocą odcią-

gnienia zbytniej ilości krwi można wielką osiągnąć korzyść. Sam mechaniczny wpływ, sprawiony głaskaniem, nacieraniem, ugniataniem lub uderzaniem, ożywia nerwy. Najlepszym dowodem wpływu, jaki wywierać może ręka człowieka na nerwy, jest *magnetyzm zwierzęcy*. Komuż nie są znane experymenty w tym rodzaju, robione na kobietach histerycznych i nerwowych, prawie wszyscy widzieli doświadczenia, jakie wykonywał Donato na pannie Lucylli, jak uśpiwszy ją, jednem pociągnieniem ręki paraliżował nerwy w ramieniu do tego stopnia, że można je było kłuć bez sprawienia bólu. Jak kiedy indziej znowu wprawiał w ruch całe grupy mięśni, tak że pod wpływem działania rozdrażnionych nerwów, mięśnie bez udziału woli, a nawet wprost wbrew woli ich posiadacza, wykonywały kurcze w nogach, tak, że medinm nie mogło ustać na miejscu i wykonywało najdziwaczniejsze skoki. Weźmy grubszy przykład: nacieranie pewnych ciał martwych, jak bursztynu, szkła i t. p. ożywia je pewnem życiem, które objawia się przyciąganiem rozmaitych przedmiotów, co nazywamy elektrycznością. Fizyologia wykazała, że bezustannie strumienie elektryczne krążą po nerwach i że wadliwość w owem krążeniu, lub zupełny brak takowego, sprowadza objawy patologiczne. Dla czego więc nie przypuszczać, że pocierania, dokonywane na żywem ciele, żywą ręką, są w możności wzbudzić podobnie życie, jak to widzimy na bursztynie i szkle, dla czego nie przypuszczać, że to, co można rozdraźnić, gdy jest w normalnym stanie, można przyprowadzić do normalnego stanu, gdy podległo chorobie. Czuję doskonale, że dowodzenie to nie jest kompletnem, wy-

starczającem dla wszystkich, a jednak w praktyce podobne rzeczy obserwować można dosyć często.

Jest bardzo wiele potężnych środków wewnętrznych i zewnętrznych, leczących choroby nerwowe; co do massażu, to takowy z pewnością nie na ostatniem miejscu należy postawić.

Powtarzamy raz jeszcze, że wszędzie tam, gdzie chodzi o sprawienie mniejszego dopływu krwi, a z przyczyn małokrwistości ogólnej nie można odciągać za pomocą pijawek i baniek tego szacownego płynu, tam gdzie chodzi o pobudzenie strumieni elektrycznych w nerwach i trzeba wpłynąć na zmianę molekularną, powodnjącą bóle lub znieczulenie, paraliże lub wzmożoną ruchliwość, tam można z wielką korzyścią stosować massaż.

Połowiczny ból głowy, nazwany *migreną*, na którą dziś tyle osób cierpi, przeważnie zaś płeć słaba, może być za pośrednictwem massażu wyleczonym.

Jest to cierpienie, które peryodycznie pojawia się i czasami męczy chorych kilka lub kilkanaście godzin. Przyczyny migreny są bardzo rozmaite, najczęstszemi zaś: usilna praca umysłowa, siedzący sposób życia, nadużycia w napojach spiritusowych i paleniu tytoniu, jak również mocna kawa, a przedewszystkiem bywa dziedziczną.

Rozpoczyna się zazwyczaj upadkiem władz duchowych, ziębieniem w członkach i bardzo częstem ziewaniem.

Późnej przyłącza się z początku słaby, potem bardzo silny ból głowy. Chorzy dostają światłowstrętu i są nadzwyczaj wrażliwi na najlżejszy szmer, kryją się do ciemnych pokoi, zawijają głowę w gru-

be chustki i okrywają się pierzynami i kołdrami. Bardzo często towarzyszą migrenie mdłości a nawet wymioty, które czasami trwają całą dobę, przyczem chorzy oddają obfitą ilość płynu śluzowego, do którego później dołącza się także i żółć.

Odróżniają dwie formy migreny. Jedna, która objawia się symptomatami, zależnemi od paralitycznego stanu nerwu sympatycznego, nerwu, który rządzi sprawami oddychania, krążenia, trawienia, a w której dotknięta połowa głowy jest silnie rozpaloną i zaczerwienioną, źrenica zwężoną, błona śluzowa oka silnie nastrzykniętą a czułość tej strony głowy na dotykanie jest w wysokim stopniu zwiększoną.

Druga forma zaś przedstawia objawy następujące, głowa jest chłodną, źrenice rozszerzone, zwykle oddziela się obfita ilość śliny i moczu, a i rozwolnienie nie rzadko towarzyszy tej formie migreny.

Migrena bywa czasami całe lata, męczy dotkniętych tą chorobą, jakkolwiek nie niebezpieczną, lecz nader nieprzyjemną, do podeszłego wieku.

Leczenie zasadzać się powinno na kuracyi ogólnie wzmacniającej organizm, a prócz tego regulować należy przypływ i odpływ krwi za pomocą massażu.

Za pomocą massażu szyi w pierwszej formie a pocierań wykonywanych na czole nad łukami brwiowemi (fig 4) w drugiej, można ataku nie dopuścić, albo przynajmniej w wysokim stopniu go skrócić.

Wielka grupa chorób nerwowych, znana pod nazwą *neuralgii* (nerwobólów), a w które nasz *wiek nerwowy* (jak go bardzo trafnie Kraft-Ebbing nazwał) tak obfituje, znalazła w massażu potężny środek leczniczy, przewyższający skutecznością wszystkie inne.

Najczęściej porażonemi bywają: nerw kulszowy i trójdzielny, czyli tak nazwany *ischias* i *tic douloureux*. prócz tego nierzadko pojawiają się neuralgie: szyjowo-potylicowa, szyjowo ramieniowa, międzyżebrowa i t. p.

W cierpieniach tych bardzo często silne głaskanie sprawia już wielką ulgę; gdyby takowe nie usunęło bólu całkowicie, należy wykonywać ugniatania, uderzania, zarówno ręką jak i wyżej opisanemi narzędziami a skuteczność będzie niezawodną.

Z własnej praktyki zapewnić mogę, że najuporczywsze neuralgie po kilku lub kilkunastu massowaniach zostają usunięte i to takie, na które inne bardzo energiczne środki nie skutkowały.

Jedynie elektryzowanie prądem stałym może porównać się z massażem; środek ten w nerwobólach jest rzeczywiście zbawiennym.

Zabłudowski twierdzi, że za pomocą massażu można wywołać metamorfozę w przeróbce materyi i radzi go stosować we wszystkich cierpieniach nerwowych.

Sposób wykonywania jest podobny, jak przy massowaniu mięśni, naturalnie znajomość anatomii jest niezbędną, gdyż główny nacisk przy massowaniu wywierać należy na chory nerw.

Co prawda, wskazówką doskonałą w tych razach jest często sam ból, który nawet przy najlżejszem dotknięciu ręką określa położenie i przebieg nerwu. Zdarza się jednakże tak, że ból za naciśnieniem zmniejsza się i wtedy kierować się można tylko znajomością anatomii. Nieumiejętnem masssowaniem mo-

żna czasami jeszcze pogorszyć stan i tak już nieprzyjemny.

Przy wykonywaniu massażu w nerwobólach chory winien bezwarunkowo przybrać właściwą pozycyą, ą można uczynić nerw łatwiej przystępnym, i z drugiej strony sprawić to, że krew zbytnio nabrana będzie miała łatwiejszy odpływ.

Niepodobna opisać po szczególe wszystkich sposobów massowania i wymieniać oddzielnie, jaką chory winien przybrać pozycyą, jakiego rodzaju ruchy wykonywać należy i w jakim miejscu, rozszerzyłoby to zanadto ramy niniejszej pracy; tego rodzaju szczegóły wymagają wielkiej ilości rycin i obszernych opisów, co tylko w dziełach specyalnie naukowych może mieć miejsce.

Pragniemy jednakże jeszcze podać obserwacyą D-ra Schreibera, wielce pouczającą, w tym przedmiocie.

M: H: 29 letnia kobieta — pisze Schreiber-cierpiała bardzo często na neuralgie. Była to osoba chuda, ze słabo rozwiniętą muskulaturą. Wezwała mnie do siebie w Sierpniu 1882 z powodu strasznych bóli, które nietylko nie dozwalały jej powstać, ale nawet nie była w stanie w łóżku zrobić poruszenia.

Chora, która będąc silnie spoconą przed dwoma dniami zeszła do piwnicy, prosi, aby ją jak najprędzej wyleczyć, gdyż to jej właściwa pora zarobkowania.

Oba nerwy biodrowe były dotknięte neuralgią; mieśnie lędźwi i pośladków odmawiają ruchów z przyczyny bólu, są nadzwyczaj wrażliwemi na najlżejsze dotknięcie, a kilka miejsc nader bolesnych. Chora nie może uczynić poruszenia na łóżku a przy najlżejszej próbie jęczy i płacze. Objaśniłem ją, że istnieje spo-

sób wyleczenia bez pośrednictwa apteki, a który bezustannie noszę przy sobie, i pokazałem jej obie ręce moje, dodając, że sposób ten sprawia bardzo wielki ból, lecz krótkotrwający, że zapewniam jego skuteczność, i że prawdopodobnie jutro będzie się mogła zająć pracą. „Decyduję się na wszystko, — odpowiedziała, pragnę módz pracować.“

Wziąłem się natychmiast do massowania: dla przyzwyczajenia chorej do bólu, wykonywałem z początku głaskania powierzchowne, potem stopniowo z coraz większym uciskiem, następnie przeszedłem do ugniatania a w końcu do nderzania na tylnych powierzchniach ud i pośladkach. Bóle — jak łatwo się domyślać—były straszne.

Zabrałem się następnie do wykonywania ruchów biernych bardzo energicznych. Gwałtowne zgięcia w stawie udowym do tego stopnia, że kolano dotykało tułowiu, podczas gdy całym ciężarem mego ciała ugniatałem nogę zgiętą w kolanie. Ruchy te mają na celu sprawienie wyciągania nerwu, jak to się praktyknje przy uśpieniu chorych chloroformem i wyciąganiu nogi.

Operacyą tę powtórzyłem po dziesięć kroć.

Zniósłszy w ten sposób nadczułość i ból w pośladkach kazałem chorej dziesięć razy przewrócić się w łóżku w obiedwie strony, co wykonała opierając się na moich rękach, doznawała przy tem jeszcze bardzo znacznych bólów.

Chwyciłem ją wówczas za obie ręce i zażądałem. by powstała złóżka zmuszając dochodzenia. Ryczała z bólu. Powtórzyłem raz jeszcze massowania (uderzania). w pozycyi stojącej, na udach i pośladkach.

Jeżeli lekarz pragnie osiągnąć skutek natychmiastowy, to jest taki, aby pacyent mógł natychmiast chodzić, wypada użyć znacznej siły i wywołać za pomocą uderzań wielką ilość sztucznego cieplika w mięśuiach. Prawdopodobnie uderzeniami wywołane ciepło sprowadza molekularne zmiany w włókuach mięśniowych i nerwowych. Po kwandransie takiego massażu chora stała się znacznie mniej wrażliwą. Rozkazałem jej się ubrać i wejść na będącą w bliskości górę (około 500 stóp wysoką), na którą prowadziła dobra droga. Podtrzymywana przez męża uczyniła to, a w godzinę była z powrotem.

Tegoż samego dnia powtórzyłem jeszcze trzykrotnie ugniatania i uderzania, które były coraz mniej bolesne. Następnie wykonywała ruchy, jakich się używa przy siadaniu. Wieczorem ból nerwowy ustąpił prawie w zupełności, była zdolną wykonywać wszelkie ruchy bez przykrego uczucia. Nazajutrz pacyentka moja zupełnie uleczona mogła zabrać się do pracy“.

Dalej dodaje jeszcze Schreiber: lekarz postępujący z nieśmiałością, lękający się krzyku chorego, nie posiada dosyć siły i pewności do prowadzenia tej kuracyi, zmęczy tylko pacyenta i siebie nie osiągnąwszy żadnego rezultatu. Trzeba ugniatać mięśnie bardzo mocno, wywołać w ten sposób w nich wielką ilość cieplika i napływ krwi, śmiało wykonywać ruchy czynne i bierne.

Leczyłem powyższą metodą tyle nerwobóli, że mogę zapewnić, iż jesteśmy najzupełniejszymi panami tej choroby, i — dodaje Schreiber — żaden nowy środek nie może się porównać z massażem pod wzglę-

dem szybkiego i pewnego działania. Tysiące chorych nie cierpiałoby przez lata całe, doprowadzające ich do zaniku mięśni, gdyby od poczęcia choroby leczono je terapią mechaniczną.

Być może, powiedzą—słowa Schreibera,—że za pomocą synapizmu, kąpieli parowej, kilkodniowego wypoczynku w łóżku można ischias wyleczyć; być może, że jest w tem prawda, nie chcę temu przeczyć, lecz massażem zaszkodzić nigdy nie można, a niedopuszcza się nim rozkrzewienia się złego. Ja sam byłem dotknięty nerwobólem biodrowym, przez przeciąg 2 lat a nie ustępował on w obce żadnej kuracyi: używałem kąpieli parowych, hydropatyi, elektryczności, wszystko nadaremnie. Zarzuciłem wszelkie leczenie a ból sam przez się ustąpił. Gdyby wówczas (1873) massaż był w tak powszechnem użyciu, jak to ma miejsce dzisiaj, i gdybym był przekonany jak dziś o jego skuteczności, nie byłbym — kończy Schreiber — cierpiał przez dwa lata.

W paraliżach nerwów obwodowych wpływ massażu jest nadzwyczaj pomyślnym, pod jego działaniem bezwładne członki odzyskują swą pierwotną władzę. A jak Estradère zapewnia, skuteczność massażu w cierpieniach centralnych, nawet pochodzenia apoplektycznego, mogą być massażem usunięte. Na dowód przytacza obserwacyą D-ra Legardel, ogłoszoną w „Courrier médical“ 3 Września 1864.

„P. X. kobieta 32-u letnia silnej kompleksyi ciała, bez wiadomej przyczyny, uległa atakowi apoplektycznemu, przyczem prawa połowa ciała została w zupełności sparaliżowaną. Lekarze wezwani na konsultacyą, wyrazili swe zwątpienie o możności uzy-

skania kiedykolwiek władzy w członkach sparaliżowanych... Za jedyny środek, jaki mógłby być skutecznym, uznali massaż i z pewnością zaleciwszy go nie przypuszczali nawet, że tak pomyślny wpływ wywrze i to w tak krótkim czasie. Po miesiącu ogólnego metodycznego massowania widzieliśmy chorą przechadzającą się i używającą prawej ręki w zajęciach, nie wymagających wielkiej siły.

Pani X. zawdzięcza jedynie massażowi powrót do zdrowia i posługiwanie się członkami, które podległy zupełnemu paraliżowi. Władza mówienia powróciła w zupełności i pozostało jedynie nieznaczne osłabienie w prawem ramieniu. Uważaliśmy zawsze massaż za potężny środek, lecz nawet przypuszczać nie mogliśmy, że w centralnem cierpieniu nerwowem, jakiem jest apopleksya mózgu, można nim takie swietne rezultaty osiągać".

W ogólnej niemocy nerwowej (*neurasthenia*) objawiającej się drzeniem w kończynach, niemożnością chodzenia, bojaźnią przestrzeni (agarophobia), ogólnem osłabieniem siły mięśniowej, bezsennością i wielu innemi objawami zarówno ze strony serca, płuc, jak i żołądka, można massażem doskonale wpływać na wzmocnienie nerwów i mięśni.

W cierpienin tem, według zapewnień Zabłndowskiego, daleko skuteczniejszemi są ugniatania i uderzania, aniżeli głaskania, te ostatnie bowiem, nierzadko, działają na nerwy jeszcze usypiająco a tem samem zmniejszają i tak już wycieńczoną energią nerwową.

Chorzy pod upływem ogólnego massowania dosyć szybko odzyskują siły fizyczne i moralne, te

ostatnie bowiem bywają bardzo często zaburzone, w żadnej może chorobie nie da się zastosować tak dobrze: mens sana in corpore sano, jak w neurastenii.

Rozmaitego rodzaju *kurcze* mięśniowe nerwowego pochodzenia takie, jak *kurcz pisarski, krawiecki, fortepianistów, skrzypków* i t. p. a zależne od zbytniego forsowania odnośnych mięśni, przyczem ruchy niemi albo w zupełności nie mogą być wykonane lub też wykonane są fałszywie, massowaniem tak pojedyńczych mięśni jak i pewnych grup, można chorym usunąć to cierpienie i uczynić temsamem zdolnymi do pracy.

Od bardzo dawnych czasów i u wszystkich narodów massaż używanym był w *położnictwie*. Że na tej drodze można daleko więcej osiągnąć korzyści, aniżeli za pomocą leków wewnętrznych, o tem nawet i wątpić nie można. Że za pośrednictwem nacierania i ugniatania macicy można zmusić ją do silniejszych skurczów w celu wydalenia płodu, a po wydaniu go powstrzymać krwotok, chyba tylko pessymiści massażu mogą niewiedzieć i przeciwko takowej skuteczności oponować.

Ruchy bierne (*passywne*).

Zowią się tak te ruchy, które lekarz wykonywa na chorym, podczas gdy ten ostatni pozostaje w zupełnej bezczynności. Stosowane bywają w celu: zniesienia zrostów, skróceń, rozciągnienia blizn, rozciągania mięśni, nerwów i t. p.; podobne ruchy oddziaływają i na naczynia krwionośne przyśpieszając w nich krą-

żenie i wreszcie mięśnie, pozostające w spoczynku skutkiem nerwobólów lub reumatyzmu, nie podlegają zanikowi i chudnieniu, gdy się na nich wykonywa ruchy bierne. Są one bardzo silnym środkiem pomocniczym w massażu.

Przeważnie zaś stosowane bywają w orthopedyi, gdzie chodzi o wyprostowanie skrzywień kręgosłupa, miednicy, łopatek, kończyn i t. p. wprawiając w ruch antagonistów, można osiągać za pomocą ruchów biernych bardzo dobre rezultaty.

Naturalnie stosowane bywają tylko wówczas, gdy, dla jakich bądź powodów, nie da się stosować ruchów czynnych, czyli tak nazwanej gimnastyki szwedzkiej.

KONIEC.

Spis rzeczy.